

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного института  
Протокол № 47 от « 21 » 05 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
философии и социологии \_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № 1 от « 07 » 09 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
философии и социологии \_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № 1 от « 05 » 09 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

**Швецова Людмила Николаевна** – старший преподаватель кафедры  
философии и социологии РГУФКСМиТ

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социология» является: дать студентам системное представление о социологии, как отрасли гуманитарного знания в системе современных научных представлений о жизнедеятельности человека и общества. Дисциплина «Социология» реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Социология» относится к обязательным дисциплинам вариативной части ОПОП по направлению подготовки 49.03.01 – Физическая культура, профилю Спортивная подготовка.

Социология занимает важное место в профессиональной подготовке бакалавров по направлению подготовки «Физическая культура» и профилю «Спортивная подготовка». В практической деятельности данных специалистов необходимы теоретические знания и практические умения по формированию критического мышления, толерантного отношения к конфессиональным и культурным различиям в обществе, применению социологических знаний в профессиональной сфере, дискуссиям по различным проблемам, возникающим в социуме и других сферах общественной жизни.

По логике изложения и содержательно-методической составляющей программа связана с такими дисциплинами как «История», «Философия», «Политология», «Психология».

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для таких дисциплин: «Культурология», «Научно-методическая деятельность».

## **3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения (ускоренное)	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-2</b>	<i>Знать:</i> - определение основных понятий социологии, ее места в системе гуманитарного знания; - содержание основных этапов становления социологической науки, суть позиций исторически сложившихся школ и направлений, значение деятельности крупнейших отечественных и зарубежных социологов; <i>Уметь:</i> - использовать теоретическое знание в анализе проблемных ситуаций в социальной жизни общества, в деятельности социальных институтов;	2		
<b>ПК-31</b>	<i>Знать:</i> - принципы применения социологических знаний в практической деятельности; <i>Уметь:</i> - разрабатывать программу и анкету конкретного социологического исследования.	2		

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения (ускоренное)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Предмет и структура социологического знания	2	2	2	2		
2	История становления и развития социологии	2	2	2	4		
3	Методы социологического исследования	2	2	2	4		
4	Социальное взаимодействие	2	2	2	4		
5	Социальные группы и общности	2	-	2	2		
6	Личность как социальный тип	2	2	2	2		
7	Социальный контроль и девиантное поведение	2	-	2	2		
8	Социальные институты	2	2	2	4		
9	Социальная структура	2	-	2	4		
10	Культура как фактор социальных изменений	2	2	2	4		
11	Социальная динамика	2	-	2	4		
<b>Итого часов:</b>			<b>14</b>	<b>22</b>	<b>36</b>		<b>зачет</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень контрольных вопросов к зачёту:**

1. Предпосылки возникновения социологии как специфической отрасли научного знания.
2. История становления и развития социологии.
3. Социология и её основные функции.
4. Взаимосвязь социологии с другими науками.
5. Специфика определения объекта социологии.
6. Предметная область социологии.
7. Понятие «социальное» и его роль в социологическом познании.
8. Структура социологии.
9. Основные задачи социологии.
10. Роль О. Конта в возникновении социологии как науки.
11. Социологические воззрения Г. Спенсера.
12. Социологизм Э. Дюркгейма.

13. Понятия «социальное действие» и «идеальный тип» М. Вебера.
14. Основные принципы позитивизма и неопозитивизма.
15. Социологические воззрения К. Маркса.
16. Особенности русской социологической мысли.
17. Исторические условия и теоретические предпосылки развития русской социологической науки.
18. Основные концепции в российской социологии конца 19 – начала 20 вв.
19. Течения, школы и направления в современной западной социологии.
20. Основные направления социологического учения П. Сорокина.
21. Каково соотношение понятий «культура», «цивилизация» и «общество».
22. Концепции и направления стратификации.
23. Понятие «социальная стратификация» по П. Сорокину.
24. Типы социальной стратификации.
25. Критерии социальной стратификации.
26. Стратификация современного российского общества.
27. Социальная мобильность и ее виды.
28. Основные каналы социальной мобильности.
29. Понятие «социальная система». Условия выживания системы.
30. Общество как социальная система.
31. Классификация типов общества.
32. Основные характеристики традиционного, индустриального и постиндустриальных обществ.
33. Понятие «социальная группа».
34. Типология социальных групп.
35. Понятие «этническая группа». Условия причисления индивида к этнической группе.
36. Сущность теории этногенеза Л. Н. Гумилёва.
37. Основные типы этносов.
38. Этноцентризм и его крайние формы.
39. Социологические проблемы национальных отношений
40. Соотношение понятий «общество», «социальная система» и «социальная структура».
41. Понятие «социальный институт» и процесс институализации.
42. Основные социальные институты общества их функции.
43. Физическая культура и спорт как социальный институт.
44. Социальная организация и ее функции в обществе.
45. Типы социальной организации.
46. Соотношение понятий «человек», «индивид», «личность».
47. Личность как активный субъект социального взаимодействия. Теории развития личности.
48. Сущность и этапы социализации личности. Агенты и институты социализации.
49. Взаимосвязь личности и общества.
50. Социальный статус и социальная роль.
51. Предписанный и достигаемый социальный статус. Статусный набор.

52. Ролевой конфликт: основные виды и причины.
53. Природа девиации. Анализ основных теорий девиантного поведения.
54. Общественные нормы и санкции. Социальный контроль как механизм регуляции поведения людей.
55. Социальное взаимодействие. Типы и формы социальных взаимодействий.
56. Основные типы отклоняющегося поведения в концепции Т.Мертон.
57. Социальный конфликт. Виды конфликта.
58. Стратегия урегулирования социального конфликта.
59. История социологии конфликта.
60. Функции конфликта.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### **а) Основная литература:**

1. Кравченко А.И. Социология: учеб. для бакалавров /А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2013.
2. Кравченко А.И. Социология в схемах и определениях: учеб. пособие /А.И. Кравченко. – М.: Проспект, 2014.
3. Передельский А.А. Введение в социологию: Кратк. курс: Метод. материал для студентов и магистрантов /А.А. Передельский. – М.: Физ. Культура, 2011.
4. Чупров В.И. Социология молодежи: учебник /В.И. Чупров, Ю.А. Зубок; Рос. акад. наук Ин-т соц.-полит. пслед. – М.: Инфра – М, 2014.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Анурин В. Ф. Эмпирическая социология: Учеб. Пособие для вузов. – М.: Академ проект. 2003. – 288с.
2. Волков Ю. Г., Добренков В. И., Нечипуренко В. Н., Попов А. В. Социология: Учебное пособие. - М., 2000.
3. Гидденс Э Социология. – М.: Эдиториал УРСС, 1999.
4. Добренков В.И., Кравченко А.И. Социология: Учебник – М.: ИНФРА-М, 2007
5. История социологии / Под ред. А. Н. Елсукова. – Минск, 1997.
6. Кравченко А. И. Общая социология: Учебное пособие для вузов. – М.: ЮНИТИ - ДАНА. 2001.
7. Кравченко А.И. Социология. Москва: Проспект, 2007.
8. Кравченко А.И. Социология в вопросах и ответах: Учебное пособие для вузов. – М.: ТК Велби. 2003.
9. Краткий очерк истории социологии. - М.: Мысль, 1999.

10. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. – М.: Изд. центр «Академия», 2004

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Институт философии РАН: <http://www.iphras.ru>
2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>
3. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru/>
4. Электронная гуманитарная библиотека <http://www.gumfak.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины:

- а) Офисный пакет приложений – Microsoft Office;
- б) Информационно-правовое обеспечение – Гарант;

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

- а) «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- б) Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- в) Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Мультимедийный класс (30 посадочных мест) в составе: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и с подключением к правовой системе (настольная или интернет версия).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Социология для обучающихся Института спорта и физического воспитания 1 курса направления подготовки/ специальности Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы (м) обучения (ускоренное)*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Философии и социологии  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

#### Очная форма обучения (ускоренное)

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу «Предмет и функции социологии»	23 неделя	5
2	Дискуссия по теме «Проблемы современного общества»	24 неделя	15
3	Выступление на семинаре «История социологического знания»	26-34 неделя	10
4	Выполнение практического задания №1 по разделу «Личность как социальный тип»	25 неделя	10
7	Написание реферата по теме «Виды конфликтов и их основные стадии»	36 неделя	15
8	Презентация по теме «Программа социологического исследования»	37 неделя	10
9	Тест-контроль	38 неделя	5
10	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<i>Зачёт</i>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа по разделу «История социологии»	5
3	Выступление на семинаре по пропущенной теме	10
4	Подготовка доклада «О. Конт – родоначальник социологии»	5
5	Написание реферата по теме «Человек и человечество в современном мире»	15
7	Презентация по теме «Проблемы общественного здоровья»	10

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный институт**

**Кафедра философии и социологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.7 Социология»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 Физическая культура**

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2 семестр

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** дать студентам системное представление о социологии, как отрасли гуманитарного знания в системе современных научных представлений о жизнедеятельности человека и общества.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения (ускоренное)	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-2</b>	<i>Знать:</i> - определение основных понятий социологии, ее места в системе гуманитарного знания; - содержание основных этапов становления социологической науки, суть позиций исторически сложившихся школ и направлений, значение деятельности крупнейших отечественных и зарубежных социологов; <i>Уметь:</i> - использовать теоретическое знание в анализе проблемных ситуаций в социальной жизни общества, в деятельности социальных институтов;	2		
<b>ПК-31</b>	<i>Знать:</i> - принципы применения социологических знаний в практической деятельности; <i>Уметь:</i> - разрабатывать программу и анкету конкретного социологического исследования.	2		

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**  
Очная форма обучения (ускоренное)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Предмет и структура социологического знания	2	2	2	2		
2	История становления и развития социологии	2	2	2	4		
3	Методы социологического исследования	2	2	2	4		
4	Социальное взаимодействие	2	2	2	4		
5	Социальные группы и общности	2	-	2	2		
6	Личность как социальный тип	2	2	2	2		
7	Социальный контроль и девиантное поведение	2	-	2	2		
8	Социальные институты	2	2	2	4		
9	Социальная структура	2	-	2	4		
10	Культура как фактор социальных изменений	2	2	2	4		
11	Социальная динамика	2	-	2	4		
<b>Итого часов:</b>			<b>14</b>	<b>22</b>	<b>36</b>		<b>зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.8 «Профессиональный иностранный язык»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **«49.03.01 «Физическая культура»**

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная ускоренная, заочная, заочная ускоренная*

Год набора \_\_\_2015\_\_ г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института Гуманитарного  
Протокол № 47 от «15» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
иностраннх языков

---

(наименование)  
Протокол № 21 от «17» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
иностраннх языков

---

(наименование)  
Протокол № 21 от «10» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол №    от «  » 20 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол №    от «  » 20 г.

Составитель:

Кова Елена Викторовна, к.п.н, доцент\_кафедры иностраннх языков и лингвистики  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) Иностранный язык (профессиональный) является повышение уровня практического владения иностранным языком для активного его применения в профессиональном общении. Выпускник вуза должен обладать уровнем коммуникативной компетенции для решения социально-коммуникативных задач в профессиональной деятельности при общении с зарубежными партнерами, а также для дальнейшего самообразования.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина Иностранный язык (профессиональный) является общеобразовательной дисциплиной вариативной части и продолжает курс иностранного языка на основе знаний, полученных в результате изучения дисциплины «Иностранный язык».

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Заочная форма обучения	ускоренная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-5</b>				
Начальный уровень	<i><b>Знать</b> и уверенно пользоваться профессиональной лексикой и спортивными терминами на иностранном языке во всех видах речевой деятельности: устной речи, восприятии на слух, чтении и письму.</i>	3,4	6	2
Продвинутый уровень	<i><b>Уметь</b> логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.</i>	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i><b>Владеть</b> одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную, межкультурную и профессиональную деятельность</i>	3,4	6	2
<b>ПК-16</b>				
Продвинутый уровень	<i><b>Уметь:</b> доступно и доходчиво объяснять свою точку зрения на иностранном языке</i>	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i><b>Владеть:</b> приемами диалогической и монологической речи в устной и письменной формах</i>	3,4	6	2
<b>ПК-32</b>				
Продвинутый уровень	<i><b>Уметь:</b> воспринимать на слух и понимать в целом высказывания собеседника в ходе взаимодействий в коллективе</i>	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i><b>Владеть:</b> иностранным языком на достаточном уровне для определения, приближения и достижения коммуникативной и профессиональной цели речевыми средствами.</i>	3,4	6	2

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

очная форма обучения

3 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарс	Самостоятельная работа		
1	Тренировочный процесс	3		6	6		
2	Спортивные технологии	3		6	6		
3	Роль тренера в подготовке	3		6	6		
4.	Моя специализация	3		6	6		
5	Тест №1 по модулю 3	3		6	6		
6.	Домашнее чтение	3		6	15		
Итого часов за семестр:81				36	45		

4 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарс	Самостоятельная работа		
1	Массовый спорт	4		6	4		
2	Наука и спорт	4		6	4		
3	Международные связи в области спорта	4		6	4		
4.	Тест №1 по модулю 4	4		6	4		
5.	Домашнее чтение	4		12	2		
Итого часов за семестр:63				36	18	9 ч	экзамен
Итого часов: 144ч							

очная (ускоренная) форма обучения

2 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
1	Тренировочный процесс	2		6	6		
2	Спортивные технологии	2		6	6		
3	Роль тренера в подготовке	2		6	6		
4.	Моя специализация	2		6	6		
5	Тест №1 по модулю 3	2		6	6		
6.	Домашнее чтение	2		6	15		
7.	Массовый спорт	2		6	4		
8.	Наука и спорт	2		6	4		
9.	Международные связи в области спорта	2		6	4		
10.	Тест №1 по модулю 4	2		6	4		
11.	Домашнее чтение	2		12	2		
						9 ч	экзамен
Итого часов: 144ч				72	63		

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа.

### заочная форма обучения 6 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			Контроль	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа		
1.	Тренировочный процесс(К/р№ 3)	6		2	30		
2.	Роль тренера в тренировочном процессе	6		2	30		
Итого часов: 144 ч				18	117	9	экзамен

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа.

**Заочная ускоренная форма обучения**

2 семестр

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Тренировочный процесс(К/р.№ 3)	2		9	58		
2.	Роль тренера в тренировочном процессе	2		9	58		
Итого часов: 144ч				18	117	9	Экзамен

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

1) Собеседование по следующим темам:

1. «Тренировочный процесс»
2. «Спортивные технологии»
- 3.«Роль тренера в подготовке спортсмена
4. «Моя специализация»
5. «Массовый спорт»
6. «Наука и спорт»
7. «Международные связи в области спорта»

2) Перевод текста 1200 печатных знаков

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Е.Г.Борисенко, О.А.Кравченко. Английский язык для физкультурных специальностей. Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс, 2015, 410с.
2. И.Г.Федотова, Н.А. Ишевская «Ускоренный курс английского языка», Москва, Медицина XXI, 2006.
3. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С.Боянус. – М.: Локид-Пресс, Минск, Современ. слово, 2005 – 687с.
4. Аракин В.Д. Англо-русский словарь: Ок.40000 сл. и 60000 словосочетаний. – 17е изд., стер. – М.: Руск.яз., 2002-590 с.
5. Минаева Л.В. Англо-русский словарь: ок.25000 сл и 70000 словосочетаний – 7е изд., испр. – М.:Русс. Яз.Медиа, 2004- 633с.

б). Дополнительная:

1. Венявская В.М. Английский язык. Страноведение : учеб. для студентов вузов соответствует Гос. образоват. стандарту : утв. М-вом образования РФ = Across the countries and continents / В.М. Венявская. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 444 с.: ил.
2. Голицынский Ю. Грамматика : сб. упражнений / Ю. Голицынский, Н. Голицынская. - Изд. 7-е, испр. и доп. - СПб.: Каро, 2010. - 575 с.: табл.
3. Р.С. Довганенко. Английский язык. Пособие по аудированию. М., 2006.
4. Аудиотексты по изучаемым темам.
5. DVD film "History of the Olympic Games"
6. Fitness magazine.

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: [www.wikipedia.en](http://www.wikipedia.en)., спец. сайты, BBC Education, BBC Sport.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского (практического) типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Иностранный язык профессиональный для обучающихся института Спорта 2 курса (1-3 поток), \_\_\_\_\_ группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура направленности (профилю)\_\_\_\_\_ Спортивная подготовка в избранном виде спорта*

*очная форма обучения, заочная форма обучения, заочная - ускоренная форма обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики\_\_\_\_\_.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр (ы) очная форма обучения

6 семестр заочная форма обучения, 2 семестр заочная - ускоренная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен 4 семестр.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Выступление по теме «Тренировочный процесс»	4 неделя	4
2	Выступление по теме «Спортивные технологии»	8 неделя	4
3	Выступление по теме «Роль тренера в подготовке» спортсмена	12неделя	4

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4	Выступление по теме «Моя специализация»	26 неделя	4
5	Выступление по теме «Массовый спорт»	32 неделя	4
6	Выступление по теме «Наука и спорт»	36 неделя	5
7	Выступление по теме «Международные связи в области»	38 неделя	5
5	Лексико-грамматический тест №1,2 по модулям 3,4	15 и 30 неделя	10
6	Домашнее чтение	18,28,33 неделя	10
7.	Посещение занятий	В течение семестра	20
8.	Экзамен		30
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
	Контрольная работа №1 по разделу(модулю) 3	5
	Выступление по теме «Тренировочный процесс»	5
	Выступление по теме «Спортивные технологии»	5
	Выступление по теме «Роль тренера в подготовке» спортсмена	5
	Выступление по теме «Моя специализация»	5
	Выступление по теме «Массовый спорт»	5
	Выступление по теме «Наука и спорт»	5
	Выступление по теме «Международные связи в области»	5
	Домашнее чтение	15

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.8 «Профессиональный иностранный язык»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **43.03.01 Физическая культура**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная ускоренная, заочная, заочная- ускоренная*

Год набора \_\_\_2015\_\_ г.

Москва – 2017г.

## **1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) :**

### **очная форма обучения**

*составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа.*

### **заочная форма обучения**

*составляет 4зачетных единицы, 144 академических часа.*

**заочно - ускоренное форма обучения** *составляет 4зачетных единицы, 144 академических часа.*

## **2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):**

*3,4 семестр очное отделение*

*6 семестр заочное*

*2 семестр заочно - ускоренное отделение*

## **3.Цель освоения дисциплины (модуля):**

-повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

#### 4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	ускоренная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-5</b>				
Начальный уровень	<i>Знать</i> и уверенно пользоваться профессиональной лексикой и спортивными терминами на иностранном языке во всех видах речевой деятельности: устной речи, восприятии на слух, чтении и письму.	3,4	6	2
Продвинутый уровень	<i>Уметь</i> логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i>Владеть</i> одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную, межкультурную и профессиональную деятельность	3,4	6	2
<b>ПК-16</b>				
Продвинутый уровень	<i>Уметь</i> : доступно и доходчиво объяснять свою точку зрения на иностранном языке	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i>Владеть</i> : приемами диалогической и монологической речи в устной и письменной формах	3,4	6	2
<b>ПК-32</b>				
Продвинутый уровень	<i>Уметь</i> : воспринимать на слух и понимать в целом высказывания собеседника в ходе взаимодействий в коллективе	3,4	6	2
Завершающий уровень	<i>Владеть</i> : иностранным языком на достаточном уровне для определения, приближения и достижения коммуникативной и профессиональной цели речевыми средствами.	3,4	6	2

**5. Структура и содержание дисциплины (модуля)  
очная форма обучения**

**3 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарс	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тренировочный процесс	3		6	6		
2	Спортивные технологии	3		6	6		
3	Роль тренера в подготовке	3		6	6		
4.	Моя специализация	3		6	6		
5	Тест №1 по модулю 3	3		6	6		
6.	Домашнее чтение	3		6	15		
Итого часов за семестр:81				36	45		

**4 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарс	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Массовый спорт	4		6	4		
2	Наука и спорт	4		6	4		
3	Международные связи в области спорта	4		6	4		
4.	Тест №1 по модулю 4	4		6	4		
5.	Домашнее чтение	4		12	2		
Итого часов за семестр:63				36	18	9 ч	экзамен
Итого часов: 144ч							

**очная (ускоренная) форма обучения**

**2 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарс	Самостоятельная работа	Контроль	

1	Тренировочный процесс	2		6	6		
2	Спортивные технологии	2		6	6		
3	Роль тренера в подготовке	2		6	6		
4.	Моя специализация	2		6	6		
5	Тест №1 по модулю 3	2		6	6		
6.	Домашнее чтение	2		6	15		
7.	Массовый спорт	2		6	4		
8.	Наука и спорт	2		6	4		
9.	Международные связи в области спорта	2		6	4		
10.	Тест №1 по модулю 4	2		6	4		
11.	Домашнее чтение	2		12	2		
						9 ч	экзамен
<b>Итого часов: 144ч</b>				<b>72</b>	<b>63</b>		

**заочная форма обучения  
6 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Тренировочный процесс(К/р№ 3)	6		9	59		
2.	Роль тренера в тренировочном процессе	6		9	58		
<b>Итого часов: 144 ч</b>				<b>18</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единицы, 144 академических часа.

**Заочно - ускоренное форма обучения  
2 семестр**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятел ьная работа	Контроль	
1.	Тренировочный процесс(К/р№ 3)	4		9	58		
2.	Роль тренера в тренировочном процессе	4		9	59		
<b>Итого часов: 144ч</b>				<b>18</b>	<b>117</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**(1 – поток)**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 "Физическая культура"

(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного Института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 28 от «12» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 31 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_ от «\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_ от «\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Составитель:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина относится к разряду модуля обязательной дисциплины вариативной части базового гуманитарного, социального и экономического цикла – Б1.В.ОД.9. Дисциплина «Культурология» читается на очной и заочной форме обучения. На **очной форме обучения** данная дисциплина реализуется – на третьем курсе в шестом семестре.

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «История физической культуры», «Русский язык и культура речи»,

«Психология», «Педагогика», «Этика», «Олимпийское образование», «Реклама и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта», «Основы современной конфликтологии», «Экологические основы», «Основы антропологии», «Искусство речевого общения», «Основы социальной и культурной антропологии», «Россия в международном спортивном и Олимпийском движении».

В дальнейшем понятие культура и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» будут дополнены и конкретизированы в следующих курсах: «Этика в спорте», «Этикет деловых отношений в сфере физической культуры и спорта», «Эстетические проблемы в спорте».

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	6		
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере, уметь общаться и взаимодействовать в современном обществе	6		
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия	6		
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия; функции и средства общения;	6		
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике; свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.	6		
	<i>Владеть:</i> навыками и приемами культурного общения, в том числе, в профессиональной деятельности; приемами общения при работе с коллективом и с каждым индивидуумом; созданием благоприятного микроклимата в коллективе.	6		

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	6	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	6	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	6	2	4	4		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации	6	4	6	16		

Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.						
Итого за семестр	6	14	22	36		Зачет

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет

*Перечень вопросов к зачету*

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания.  
Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры
5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.
9. Культурологическая концепция П.Сорокина.

- 10.Соотношение культуры и цивилизации (по работе О.Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А.Шопенгауэра
- 12.З.Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К.Юнга.
14. Х.Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
- 15.Гуманистические концепции культуры А.Швейцера и Н.К.Рериха
- 16.Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
- 17.Культурные особенности Восток и формы их проявления
- 18.Культурные особенности Запада и формы их проявления
- 19.Культура, искусство и религия
- 20.Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
- 22.Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
- 23.Политическая культура и особенности её формирования в России
- 24.Техника и информационные технологии в современной культуре
- 25.Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
- 26.Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенность первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
- 29.Античность как тип культуры: основные черты, представители
- 30.Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов
34. Византия как центр раннесредневековой культуры. Византия и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба

37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)
38. Особенности культуры Нового времени
39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенность культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Культурология: учебное пособие. /В.Л. Нестерова,— Ставрополь: Из-во СКФУ, 2017. –2016 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Культурология: учебник для студентов вузов / Т.С. Грушевицкая, А.П. Садохин, – 3-е изд. перераб. и доп.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –687 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. Культурология: учебное пособие для студентов вузов /А.П.Садохин, И.И.Толстикова.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 295 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

4. Культурология. История мировой культуры: учебник для студентов/Н.О. Воскресенская. – 2-е изд., – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 759 с. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
5. Культурология. История мировой культуры. Хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Эриашвили. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 607 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
6. Культурология. Теория и история мировой культуры: учеб. пособие/ Ножкина И.А. и др. - 2-е изд., перераб.– М.: БИБКМ ТРАНСЛОГ, 2016. – 327 с.

*б) Дополнительная литература:*

1. Античность как геном европейской и российской культуры/под ред. В.П. Шестакова.– СПб.: Алетейя, 2016. – 284 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Багдасарьян, Н.Г. Культурология : учеб. для вузов: рек. Науч.-метод. Советом по культурологии М-ва науки и образования РФ / Н.Г. Багдасарьян. - М.: Высш. образование, 2008. – 495 с.
3. Багновская, Н.М. Основы культурологии : учеб. пособие по дисциплине культурологии блока ГСЭ Гос. образов. стандарта: рек. науч.-метод. Советом по культурологии М-ва образования РФ для вузов / Н.М. Багновская. - М.: Фонд "Мир": Акад. проект, 2004.
4. Бич, Ю.Г. Материальная культура и история изобразительного искусства: конспект лекций / Бич Ю.Г., Гангур Н.А.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2007. – 93 с.
5. Викторов, В.В. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология" блока ГСЭ Гос. образоват. стандарта: рек. Науч.-метод. советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для вузов / В.В. Викторов; Финансовая акад. при правительстве РФ. – Изд. доп. – М.: Вуз. учеб., 2010. – 410 с.

6. Волкова, Д.В. Культурология : учеб. пособие / Д.В. Волкова, А.Ю. Новиков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 315 с.
7. Горелов, А.А. Культурология в вопросах и ответах: учеб. пособие/ А.А.Горелов. – М.: Эксмо, 2005. – 284 с.
8. Золкин, А.Л. Культурология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар.-соц. специальностям: рек. М-вом образования РФ: рек. УМЦ "Проф. учеб." / А.Л. Золкин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити-Дана, 2009. - 583 с.
9. Исламгалиева, С.К. Культурология: курс лекций: учеб. пособие для вузов / С.К. Исламгалиева, К.Е. Халин, Г.В. Бабаян. – Изд. 3-е, стер. – М.: Экзамен, 2009. – 191 с.
10. Кононенко, Б.И. Большой толковый словарь по культурологии/ Кононенко Борис Иванович. – М.: Вече: АСТ, 2003. – 511 с.
11. Крёбер, А. Избранное: Природа культуры / Альфред Луис Крёбер. – М.: РОССПЭН, 2004. – 1007 с.
12. Кравченко, А.И. Культурология: учебник / А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2007. – 285 с.
13. Культура и личность: учеб. пос./под ред. Е.Я. Букиной.– Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2013. – 112с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
14. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 1: А - Л. – СПб.: Унив. кн., 1998. – 447 с.
15. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 2: М - Я. – СПб.: Унив. кн., 1998. - 446 с.
16. Культурология : История мировой культуры: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по соц.-гуманитар. спец. и направлениям: рек. М-вом образования РФ / ред. Кузнецова Т.Ф. – М.: Academia, 2003. - 605 с.
17. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология": рек. Науч.-метод советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для

- студентов вузов /под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высш. образование: Юрайт, 2009. – 566 с.
- 18.Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре : Быт и традиции русского дворянства (18 - начало 19 в.). - СПб.: Искусство-СПб, 1994. - 399 с.
- 19.Малышева, Е.М. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Е.М. Малышева. - М.: Кн. дом Ун-т, 2008. - 287 с.
- 20.Практикум для студентов по дисциплине «Культурология»:учеб.пос. /А.В.Лукаш.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 21.Розанов В. В. Религия и культура. – М.: Директ-Медиа, 2012.– 298 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 22.Садохин А.П. Культурология. Словарь терминов, понятий, имен.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 23.Тайлор Э. Первобытная культура.– М.:Директ-Медиа, 2015 – 1458 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 24.Караванова, Н.Б. Россия : города, люди, традиции : ил. энцикл./ Караванова Н. - М.: Эксмо, 2009. - 303 с.

*б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Культурологический журнал - <http://www.cr-journal.ru/>
2. Международный научно-исследовательский журнал. Культурология. Научные статьи по культуре– <https://research-journal.org/category/culture/>
3. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. – <https://kulturologia.ru/>
4. Электронный журнал «Культура культуры» – <http://cult-cult.ru/> или <http://культ-культ.рф/>.

5. Журнал «Знание. Понимание. Умение» – <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1822938> или <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/>, или <http://www.zpu-journal.ru/>
6. «Искусство» журнал – <https://iskusstvo-info.ru/issues/>
7. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>
8. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>
9. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]
10. Ссылки на сайты по мировой художественной культуре – <https://nsportal.ru/user/361659/page/ssylki-na-sayty-po-mirovoy-hudozhestvennoy-kulture>

*в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

*– программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point, Microsoft Outlook).
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС. - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС. - [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ. - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Культурология» для обучающихся института «Спорта и физического воспитания» (1 – потока), 3 курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) – «Спортивная подготовка» очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
<b>6-ый семестр</b>			
1	<p><i>Подготовка докладов по теме:</i></p> <p><i>1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов.</i></p> <p><i>2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры.</i></p> <p><i>3. А.Тойнби о локальных цивилизациях.</i></p> <p><i>4. П.Сорокин о типологии и динамике культур.</i></p> <p><i>5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры.</i></p> <p><i>6. Ю.Лотман: семиотические типы культур.</i></p> <p><i>Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада</i></p>	24/25 неделя	10
2	<p><i>Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)</i></p>	26-30 неделя	10
3	<p><i>Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»</i></p>	31 /32 неделя	5
5.	<p><i>Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»</i></p>	33/34 неделя	15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4.	Выступление на семинарах по теме «Российская этнокультура», «Нация и культура»	35/36 неделя	5
5.	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»	37 неделя	5
6.	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,	38неделя	10
6.	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу	39/40 неделя	10
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
<b>Итого по семестру</b>			<b>80 баллов</b>
<b>Зачет</b>			<b>20</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Раздел 1. Теория культуры» по теме, пропущенной студентом	5
2	Выступление на семинаре по теме «Культурология в системе социально-гуманитарного знания»	10
3	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
4	Презентация по темам Разделов 1,2,3,4 (по выбору студента)	15
5	Тестирование по Разделу 2 «Историческая типология культуры»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**(1 – поток)**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью  
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины (модуля):** 6 семестр

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурные коммуникации, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	6		
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере.	6		
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований.	6		
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия	6		
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике	6		
	<i>Владеть:</i> навыками культурного общения, а также управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде	6		

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	6	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	6	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	6	2	4	4		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. Нации и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	6	4	6	16		
<b>Итого за семестр</b>		6	14	22	36	Зачет	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**(2 – поток)**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 «Физическая культура»

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного Института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 28 от «12» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № № 31 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Составители:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
РГУФКСМиТ

Шишова Наталья Сергеевна – кандидат культурологи. доцент, профессор  
кафедры рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина относится к разряду модуля обязательной дисциплины вариативной части базового гуманитарного, социального и экономического цикла – Б1.В.ОД.9. Дисциплина «Культурология» читается на очной и заочной форме обучения. На очной форме обучения данная дисциплина реализуется – на третьем курсе в пятом семестре.

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «История физической культуры», «Русский язык и культура речи», «Психология», «Педагогика», «Этика», «Олимпийское образование», «Реклама

и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта», «Основы современной конфликтологии», «Экологические основы», «Основы антропологии», «Искусство речевого общения», «Основы социальной и культурной антропологии», «Россия в международном спортивном и Олимпийском движении».

В дальнейшем понятие культура и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» будут дополнены и конкретизированы в следующих курсах: «Этика в спорте», «Этикет деловых отношений в сфере физической культуре и спорта», «Эстетические проблемы в спорте».

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать</i> : содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	5		
	<i>Уметь</i> : ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере, уметь общаться и взаимодействовать в современном обществе	5		
	<i>Владеть</i> : навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия	5		
ПК-32	<i>Знать</i> : культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия; функции и средства общения;	5		
	<i>Уметь</i> : создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике; свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.	5		
	<i>Владеть</i> : навыками и приемами культурного общения, в	5		

том числе, в профессиональной деятельности; приемами общения при работе с коллективом и с каждым индивидуумом; созданием благоприятного микроклимата в коллективе.			
--	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	5	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	5	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	5	2	4	4		

4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	5	4	6	16		
Итого за семестр		5	14	22	36		Зачет

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет

*Перечень вопросов к зачету*

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания.  
Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры
5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.

9. Культурологическая концепция П.Сорокина.
- 10.Соотношение культуры и цивилизации (по работе О.Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А.Шопенгауэра
- 12.З.Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К.Юнга.
14. Х.Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
- 15.Гуманистические концепции культуры А.Швейцера и Н.К.Рериха
- 16.Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
- 17.Культурные особенности Восток и формы их проявления
- 18.Культурные особенности Запада и формы их проявления
- 19.Культура, искусство и религия
- 20.Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
- 22.Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
- 23.Политическая культура и особенности её формирования в России
- 24.Техника и информационные технологии в современной культуре
- 25.Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
- 26.Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенность первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
- 29.Античность как тип культуры: основные черты, представители
- 30.Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов
34. Византия как центр раннесредневековой культуры. Византия и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба
37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)

38. Особенности культуры Нового времени
39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенность культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Культурология: учебное пособие. /В.Л. Нестерова,– Ставрополь: Из-во СКФУ, 2017. –2016 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Культурология: учебник для студентов вузов / Т.С. Грушевицкая, А.П. Садохин, – 3-е изд. перераб. и доп.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –687 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. Культурология: учебное пособие для студентов вузов /А.П.Садохин, И.И.Толстикова.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 295 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
4. Культурология. История мировой культуры: учебник для студентов/Н.О. Воскресенская. – 2-е изд.,– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 759 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

5. Культурология. История мировой культуры. Хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Эриашвили. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 607 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

6. Культурология. Теория и история мировой культуры: учеб. пособие/ Ножкина И.А. и др. - 2-е изд., перераб.– М.: БИБКООМ ТРАНСЛОГ, 2016. – 327 с.

*б) Дополнительная литература:*

1. Античность как геном европейской и российской культуры/под ред. В.П. Шестакова.– СПб.: Алетейя, 2016. – 284 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2. Багдасарьян, Н.Г. Культурология : учеб. для вузов: рек. Науч.-метод. Советом по культурологии М-ва науки и образования РФ / Н.Г. Багдасарьян. - М.: Высш. образование, 2008. – 495 с.

3. Багновская, Н.М. Основы культурологии : учеб. пособие по дисциплине культурологии блока ГСЭ Гос. образов. стандарта: рек. науч.-метод. Советом по культурологии М-ва образования РФ для вузов / Н.М. Багновская. - М.: Фонд "Мир": Акад. проект, 2004.

4. Бич, Ю.Г. Материальная культура и история изобразительного искусства: конспект лекций / Бич Ю.Г., Гангур Н.А.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2007. – 93 с.

5. Викторов, В.В. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология" блока ГСЭ Гос. образоват. стандарта: рек. Науч.-метод. советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для вузов / В.В. Викторов ; Финансовая акад. при правительстве РФ. – Изд. доп. – М.: Вуз. учеб., 2010. – 410 с.

6. Волкова, Д.В. Культурология : учеб. пособие / Д.В. Волкова, А.Ю. Новиков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 315 с.

7. Горелов, А.А. Культурология в вопросах и ответах: учеб. пособие / А.А.Горелов. – М.: Эксмо, 2005. – 284 с.
8. Золкин, А.Л. Культурология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар.-соц. специальностям: рек. М-вом образования РФ: рек. УМЦ "Проф. учеб." / А.Л. Золкин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити-Дана, 2009. - 583 с.
9. Исламгалиева, С.К. Культурология: курс лекций: учеб. пособие для вузов / С.К. Исламгалиева, К.Е. Халин, Г.В. Бабаян. – Изд. 3-е, стер. – М.: Экзамен, 2009. – 191 с.
10. Кононенко, Б.И. Большой толковый словарь по культурологии / Кононенко Борис Иванович. – М.: Вече: АСТ, 2003. – 511 с.
11. Крёбер, А. Избранное: Природа культуры / Альфред Луис Крёбер. – М.: РОССПЭН, 2004. – 1007 с.
12. Кравченко, А.И. Культурология: учебник / А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2007. – 285 с.
13. Культура и личность: учеб. пос. / под ред. Е.Я. Букиной. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2013. – 112 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
14. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 1: А - Л. – СПб.: Унив. кн., 1998. – 447 с.
15. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 2: М - Я. – СПб.: Унив. кн., 1998. - 446 с.
16. Культурология : История мировой культуры: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по соц.-гуманитар. спец. и направлениям: рек. М-вом образования РФ / ред. Кузнецова Т.Ф. – М.: Academia, 2003. - 605 с.
17. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология": рек. Науч.-метод советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для студентов вузов / под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высш. образование: Юрайт, 2009. – 566 с.

- 18.Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре : Быт и традиции русского дворянства (18 - начало 19 в.). - СПб.: Искусство-СПб, 1994. - 399 с.
- 19.Малышева, Е.М. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Е.М. Малышева. - М.: Кн. дом Ун-т, 2008. - 287 с.
- 20.Практикум для студентов по дисциплине «Культурология»:учеб.пос. /А.В.Лукаш.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 21.Розанов В. В. Религия и культура. – М.: Директ-Медиа, 2012.– 298 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 22.Садохин А.П. Культурология. Словарь терминов, понятий, имен.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 23.Тайлор Э. Первобытная культура.– М.:Директ-Медиа, 2015 – 1458 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 24.Караванова, Н.Б. Россия : города, люди, традиции : ил. энцикл./ Караванова Н. - М.: Эксмо, 2009. - 303 с.

*б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Культурологический журнал - <http://www.cr-journal.ru/>
2. Международный научно-исследовательский журнал. Культурология. Научные статьи по культуре– <https://research-journal.org/category/culture/>
3. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. – <https://kulturologia.ru/>
4. Электронный журнал «Культура культуры» – <http://cult-cult.ru/> или <http://культ-культ.рф/>.
5. Журнал «Знание. Понимание. Умение» – <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1822938> или <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/> , или <http://www.zpu-journal.ru/>
6. «Искусство» журнал – <https://iskusstvo-info.ru/issues/>

7. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>
8. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>
9. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]
10. Ссылки на сайты по мировой художественной культуре – <https://nsportal.ru/user/361659/page/ssylki-na-sayty-po-mirovoy-hudozhestvennoy-kulture>

*в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

*– программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point, Microsoft Outlook).
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС. - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС. - [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ. - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в

сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Культурология» для обучающихся института «Спорта и физического воспитания» (2 – потока), 3 курса направления подготовки/ специальности 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) – «Спортивная подготовка» очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
<b>5-ый семестр</b>			
1	<p><i>Подготовка докладов по теме:</i></p> <p>1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов.</p> <p>2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры.</p> <p>3. А.Тойнби о локальных цивилизациях.</p> <p>4. П.Сорокин о типологии и динамике культур.</p> <p>5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры.</p> <p>6. Ю.Лотман: семиотические типы культур.</p> <p>Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада</p>	3/4 неделя	10
2	<p><i>Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)</i></p>	5- 7 недели	10
3	<p><i>Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»</i></p>	8-10 неделя	5
5.	<p><i>Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»</i></p>	11/12 неделя	15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4.	Выступление на семинарах по теме «Российская этнокультура», «Нация и культура»	13 неделя	5
5.	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»	14 неделя	5
6.	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,	15/16недели	10
6.	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу	17/19 неделя	10
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Итого по семестру</b>		<b>80 баллов</b>
	<b>Зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Раздел 1. Теория культуры» по теме, пропущенной студентом	5
2	Выступление на семинаре по теме «Культурология в системе социально-гуманитарного знания»	10
3	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
4	Презентация по темам Разделов 1,2,3,4 (по выбору студента)	15
5	Тестирование по Разделу 2 «Историческая типология культуры»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**(2 – поток)**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью  
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины (модуля):** 5 семестр

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-5</b>	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурные коммуникации, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	5		
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере.	5		
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований.	5		
<b>ПК-32</b>	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия	5		
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике	5		
	<i>Владеть:</i> навыками культурного общения, а также управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде	5		

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	5	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	5	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	5	2	4	4		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. Нации и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	5	4	6	16		
<b>Итого за семестр</b>		5	14	22	36		Зачет

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 "Физическая культура"

(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

(ускоренное обучение на базе СПО)

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного Института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 28 от «12» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 31 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_ от «\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_ г.

Составители:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
РГУФКСМиТ

Шишова Наталья Сергеевна – кандидат культурологи. доцент, профессор  
кафедры рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина относится к разряду модуля обязательной дисциплины вариативной части базового гуманитарного, социального и экономического цикла – Б1.В.ОД.9. Дисциплина «Культурология» читается на очной и заочной форме обучения. На **очной форме обучения** (ускоренное обучение на базе СПО) данная дисциплина реализуется – на втором курсе в четвертом семестре.

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «История физической культуры», «Русский язык и культура речи», «Психология», «Педагогика».

В дальнейшем понятие культура и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» будут дополнены и конкретизированы в следующих курсах: «Этика в спорте», «Этикет деловых отношений в сфере физической культуры и спорта», «Эстетические проблемы в спорте», «Этика», «Олимпийское образование», «Реклама и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта», «Основы современной конфликтологии», «Экологические основы», «Основы антропологии», «Искусство речевого общения», «Основы социальной и культурной антропологии», «Россия в международном спортивном и Олимпийском движении».

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	4		
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере, уметь общаться и взаимодействовать в современном обществе	4		
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия	4		
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия; функции и средства общения;	4		
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике; свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.	4		
	<i>Владеть:</i> навыками и приемами культурного общения, в том числе, в профессиональной деятельности; приемами общения при работе с коллективом и с каждым индивидуумом; созданием благоприятного микроклимата в коллективе.	4		

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	4	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	4	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	4	2	4	4		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации	4	4	6	16		

Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.						
Итого за семестр	4	14	22	36		Зачет

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет

*Перечень вопросов к зачету*

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания.  
Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры
5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.
9. Культурологическая концепция П.Сорокина.

10. Соотношение культуры и цивилизации (по работе О. Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А. Шопенгауэра
12. З. Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К. Юнга.
14. Х. Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
15. Гуманистические концепции культуры А. Швейцера и Н. К. Рериха
16. Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
17. Культурные особенности Востока и формы их проявления
18. Культурные особенности Запада и формы их проявления
19. Культура, искусство и религия
20. Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
22. Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
23. Политическая культура и особенности её формирования в России
24. Техника и информационные технологии в современной культуре
25. Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
26. Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенность первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
29. Античность как тип культуры: основные черты, представители
30. Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов
34. Византия как центр раннесредневековой культуры. Византия и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба

37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)
38. Особенности культуры Нового времени
39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенность культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Культурология: учебное пособие. /В.Л. Нестерова,— Ставрополь: Из-во СКФУ, 2017. –2016 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Культурология: учебник для студентов вузов / Т.С. Грушевицкая, А.П. Садохин, – 3-е изд. перераб. и доп.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –687 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. Культурология: учебное пособие для студентов вузов /А.П.Садохин, И.И.Толстикова.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 295 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

4. Культурология. История мировой культуры: учебник для студентов/Н.О. Воскресенская. – 2-е изд., – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 759 с. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
5. Культурология. История мировой культуры. Хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Эриашвили. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 607 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
6. Культурология. Теория и история мировой культуры: учеб. пособие/ Ножкина И.А. и др. - 2-е изд., перераб.– М.: БИБКОМ ТРАНСЛОГ, 2016. – 327 с.

*б) Дополнительная литература:*

1. Античность как геном европейской и российской культуры/под ред. В.П. Шестакова.– СПб.: Алетейя, 2016. – 284 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Багдасарьян, Н.Г. Культурология : учеб. для вузов: рек. Науч.-метод. Советом по культурологии М-ва науки и образования РФ / Н.Г. Багдасарьян. - М.: Высш. образование, 2008. – 495 с.
3. Багновская, Н.М. Основы культурологии : учеб. пособие по дисциплине культурологии блока ГСЭ Гос. образов. стандарта: рек. науч.-метод. Советом по культурологии М-ва образования РФ для вузов / Н.М. Багновская. - М.: Фонд "Мир": Акад. проект, 2004.
4. Бич, Ю.Г. Материальная культура и история изобразительного искусства: конспект лекций / Бич Ю.Г., Гангур Н.А.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2007. – 93 с.
5. Викторов, В.В. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология" блока ГСЭ Гос. образоват. стандарта: рек. Науч.-метод. советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для вузов / В.В. Викторов; Финансовая акад. при правительстве РФ. – Изд. доп. – М.: Вуз. учеб., 2010. – 410 с.

6. Волкова, Д.В. Культурология : учеб. пособие / Д.В. Волкова, А.Ю. Новиков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 315 с.
7. Горелов, А.А. Культурология в вопросах и ответах: учеб. пособие/ А.А.Горелов. – М.: Эксмо, 2005. – 284 с.
8. Золкин, А.Л. Культурология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар.-соц. специальностям: рек. М-вом образования РФ: рек. УМЦ "Проф. учеб." / А.Л. Золкин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити-Дана, 2009. - 583 с.
9. Исламгалиева, С.К. Культурология: курс лекций: учеб. пособие для вузов / С.К. Исламгалиева, К.Е. Халин, Г.В. Бабаян. – Изд. 3-е, стер. – М.: Экзамен, 2009. – 191 с.
10. Кононенко, Б.И. Большой толковый словарь по культурологии/ Кононенко Борис Иванович. – М.: Вече: АСТ, 2003. – 511 с.
11. Крёбер, А. Избранное: Природа культуры / Альфред Луис Крёбер. – М.: РОССПЭН, 2004. – 1007 с.
12. Кравченко, А.И. Культурология: учебник / А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2007. – 285 с.
13. Культура и личность: учеб. пос./под ред. Е.Я. Букиной.– Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2013. – 112с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
14. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 1: А - Л. – СПб.: Унив. кн., 1998. – 447 с.
15. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 2: М - Я. – СПб.: Унив. кн., 1998. - 446 с.
16. Культурология : История мировой культуры: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по соц.-гуманитар. спец. и направлениям: рек. М-вом образования РФ / ред. Кузнецова Т.Ф. – М.: Academia, 2003. - 605 с.
17. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология": рек. Науч.-метод советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для

- студентов вузов /под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высш. образование: Юрайт, 2009. – 566 с.
- 18.Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре : Быт и традиции русского дворянства (18 - начало 19 в.). - СПб.: Искусство-СПб, 1994. - 399 с.
- 19.Мальшева, Е.М. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Е.М. Мальшева. - М.: Кн. дом Ун-т, 2008. - 287 с.
- 20.Практикум для студентов по дисциплине «Культурология»:учеб.пос. /А.В.Лукаш.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 21.Розанов В. В. Религия и культура. – М.: Директ-Медиа, 2012.– 298 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 22.Садохин А.П. Культурология. Словарь терминов, понятий, имен.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 23.Тайлор Э. Первобытная культура.– М.:Директ-Медиа, 2015 – 1458 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 24.Караванова, Н.Б. Россия : города, люди, традиции : ил. энцикл./ Караванова Н. - М.: Эксмо, 2009. - 303 с.

*б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Культурологический журнал - <http://www.cr-journal.ru/>
2. Международный научно-исследовательский журнал. Культурология. Научные статьи по культуре– <https://research-ournal.org/category/culture/>
3. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. – <https://kulturologia.ru/>
4. Электронный журнал «Культура культуры» – <http://cult-cult.ru/> или <http://культ-культ.рф/>.

5. Журнал «Знание. Понимание. Умение» – <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1822938> или <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/>, или <http://www.zpu-journal.ru/>
6. «Искусство» журнал – <https://iskusstvo-info.ru/issues/>
7. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>
8. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>
9. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]
10. Ссылки на сайты по мировой художественной культуре – <https://nsportal.ru/user/361659/page/ssylki-na-sayty-po-mirovoy-hudozhestvennoy-kulture>

*в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

*– программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point, Microsoft Outlook).
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС. - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС. - [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ. - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Культурология» для обучающихся института «Спорта и физического воспитания», 2 курса направления подготовки/специальности 49.03.01 – «Физическая культура» направленности (профилю) – «Спортивная подготовка» очной формы (ускоренное обучение на базе СПО)

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
<b>4-ый семестр</b>			
1	<p>Подготовка докладов по теме:</p> <p>1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов.</p> <p>2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры.</p> <p>3. А.Тойнби о локальных цивилизациях.</p> <p>4. П.Сорокин о типологии и динамике культур.</p> <p>5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры.</p> <p>6. Ю.Лотман: семиотические типы культур.</p> <p>Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада</p>	22/25 неделя	10
2	<p>Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)</p>	26-30 неделя	10
3	<p>Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»</p>	31 /32 неделя	5
5.	<p>Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»</p>	33/35 неделя	15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

4.	Выступление на семинарах по теме «Российская этнокультура», «Нация и культура»	36/38 неделя	5
5.	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»	39 неделя	5
6.	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,	40неделя	10
6.	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу	41/42 неделя	10
4	Посещение занятий	В течение семестра	10
<b>Итого по семестру</b>			<b>80 баллов</b>
<b>Зачет</b>			<b>20</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Раздел 1. Теория культуры» по теме, пропущенной студентом	5
2	Выступление на семинаре по теме «Культурология в системе социально-гуманитарного знания»	10
3	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
4	Презентация по темам Разделов 1,2,3,4 (по выбору студента)	15
5	Тестирование по Разделу 2 «Историческая типология культуры»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью  
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*  
(ускоренное обучение на базе СПО)

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины (модуля):** 4 семестр

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурные коммуникации, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта	4		
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере.	4		
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований.	4		
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия	4		
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике	4		
	<i>Владеть:</i> навыками культурного общения, а также управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде	4		

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	4	2	4	4		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	4	6	8	12		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	4	2	4	4		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. Нации и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	4	4	6	16		
<b>Итого за семестр</b>		4	14	22	36		Зачет



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 "Физическая культура"

(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: заочная  
(ускоренное обучение на базе ВПО)

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного Института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 28 от «12» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 31 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_ от «\_\_» мая 201\_\_ г.

Составитель:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина относится к разряду модуля обязательной дисциплины вариативной части базового гуманитарного, социального и экономического цикла – Б1.В.ОД.9. Дисциплина «Культурология» читается на третьем курсе в пятом семестре на заочной форме (ускоренное обучение на базе ВПО).

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «Педагогика», «Психология», «Социология», «Основы антропологии», «Искусство речевого общения», «Основы Олимпийских знаний», «Экологические основы», «Основы современной конфликтологии», «Реклама и

связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта», «Основы социальной и культурной антропологии», «Россия в международном спортивном и Олимпийском движении», «Этикет деловых отношений в сфере физической культуры и спорта», «Организация спортивно-зрелищных мероприятий», «Структура и содержание имиджа педагога».

В дальнейшем понятие культура и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» будут дополнены и конкретизированы в следующих курсах: «Социология», «Организация спортивно-зрелищных мероприятий», «Структура и содержание имиджа педагога».

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-5	<i>Знать</i> : содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта			5
	<i>Уметь</i> : ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере, уметь общаться и взаимодействовать в современном обществе			5
	<i>Владеть</i> : навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия			5
ПК-32	<i>Знать</i> : культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия; функции и средства общения;			5
	<i>Уметь</i> : создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике; свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; выбрать и реализовать тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.			5
	<i>Владеть</i> : навыками и приемами культурного общения, в том числе, в профессиональной деятельности; приемами общения при работе с коллективом и с каждым индивидуумом; созданием благоприятного микроклимата в			5

	коллективе.			
--	-------------	--	--	--

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	5	1	1	10		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	5	1	1	22		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	5	1	1	10		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные	5	1	1	22		

этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.						
Итого за семестр	5	4	4	64		Зачет

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет

*Перечень вопросов к зачету*

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания.  
Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры
5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.
9. Культурологическая концепция П.Сорокина.

10. Соотношение культуры и цивилизации (по работе О.Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А.Шопенгауэра
- 12.3.Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К.Юнга.
14. Х.Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
15. Гуманистические концепции культуры А.Швейцера и Н.К.Рериха
16. Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
17. Культурные особенности Восток и формы их проявления
18. Культурные особенности Запада и формы их проявления
19. Культура, искусство и религия
20. Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
22. Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
23. Политическая культура и особенности её формирования в России
24. Техника и информационные технологии в современной культуре
25. Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
26. Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенность первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
29. Античность как тип культуры: основные черты, представители
30. Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов
34. Византия как центр раннесредневековой культуры. Византия и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба
37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)
38. Особенности культуры Нового времени

39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенность культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Культурология: учебное пособие. /В.Л. Нестерова,– Ставрополь: Из-во СКФУ, 2017. –2016 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Культурология: учебник для студентов вузов / Т.С. Грушевицкая, А.П. Садохин, – 3-е изд. перераб. и доп.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –687 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. Культурология: учебное пособие для студентов вузов /А.П.Садохин, И.И.Толстикова.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 295 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
4. Культурология. История мировой культуры: учебник для студентов/Н.О. Воскресенская. – 2-е изд.,– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 759 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

5. Культурология. История мировой культуры. Хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Эриашвили. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 607 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

6. Культурология. Теория и история мировой культуры: учеб. пособие/ Ножкина И.А. и др. - 2-е изд., перераб.– М.: БИБКООМ ТРАНСЛОГ, 2016. – 327 с.

*б Дополнительная литература:*

1. Античность как геном европейской и российской культуры/под ред. В.П. Шестакова.– СПб.: Алетейя, 2016. – 284 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2. Багдасарьян, Н.Г. Культурология : учеб. для вузов: рек. Науч.-метод. Советом по культурологии М-ва науки и образования РФ / Н.Г. Багдасарьян. - М.: Высш. образование, 2008. – 495 с.

3. Багновская, Н.М. Основы культурологии : учеб. пособие по дисциплине культурологии блока ГСЭ Гос. образов. стандарта: рек. науч.-метод. Советом по культурологии М-ва образования РФ для вузов / Н.М. Багновская. - М.: Фонд "Мир": Акад. проект, 2004.

4. Бич, Ю.Г. Материальная культура и история изобразительного искусства: конспект лекций / Бич Ю.Г., Гангур Н.А.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2007. – 93 с.

5. Викторов, В.В. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология" блока ГСЭ Гос. образоват. стандарта: рек. Науч.-метод. советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для вузов / В.В. Викторов ; Финансовая акад. при правительстве РФ. – Изд. доп. – М.: Вуз. учеб., 2010. – 410 с.

6. Волкова, Д.В. Культурология : учеб. пособие / Д.В. Волкова, А.Ю. Новиков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 315 с.

7. Горелов, А.А. Культурология в вопросах и ответах: учеб. пособие / А.А.Горелов. – М.: Эксмо, 2005. – 284 с.
8. Золкин, А.Л. Культурология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар.-соц. специальностям: рек. М-вом образования РФ: рек. УМЦ "Проф. учеб." / А.Л. Золкин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити-Дана, 2009. - 583 с.
9. Исламгалиева, С.К. Культурология: курс лекций: учеб. пособие для вузов / С.К. Исламгалиева, К.Е. Халин, Г.В. Бабаян. – Изд. 3-е, стер. – М.: Экзамен, 2009. – 191 с.
10. Кононенко, Б.И. Большой толковый словарь по культурологии / Кононенко Борис Иванович. – М.: Вече: АСТ, 2003. – 511 с.
11. Крёбер, А. Избранное: Природа культуры / Альфред Луис Крёбер. – М.: РОССПЭН, 2004. – 1007 с.
12. Кравченко, А.И. Культурология: учебник / А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2007. – 285 с.
13. Культура и личность: учеб. пос./под ред. Е.Я. Букиной.– Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2013. – 112с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
14. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 1: А - Л. – СПб.: Унив. кн., 1998. – 447 с.
15. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 2: М - Я. – СПб.: Унив. кн., 1998. - 446 с.
16. Культурология : История мировой культуры: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по соц.-гуманитар. спец. и направлениям: рек. М-вом образования РФ / ред. Кузнецова Т.Ф. – М.: Academia, 2003. - 605 с.
17. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология": рек. Науч.-метод советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для студентов вузов /под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высш. образование: Юрайт, 2009. – 566 с.

- 18.Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре : Быт и традиции русского дворянства (18 - начало 19 в.). - СПб.: Искусство-СПб, 1994. - 399 с.
- 19.Малышева, Е.М. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Е.М. Малышева. - М.: Кн. дом Ун-т, 2008. - 287 с.
- 20.Практикум для студентов по дисциплине «Культурология»:учеб.пос. /А.В.Лукаш.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 21.Розанов В. В. Религия и культура. – М.: Директ-Медиа, 2012.– 298 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 22.Садохин А.П. Культурология. Словарь терминов, понятий, имен.– М.:Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 23.Тайлор Э. Первобытная культура.– М.:Директ-Медиа, 2015 – 1458 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- 24.Караванова, Н.Б. Россия : города, люди, традиции : ил. энцикл./ Караванова Н. - М.: Эксмо, 2009. - 303 с.

*б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Культурологический журнал - <http://www.cr-journal.ru/>
2. Международный научно-исследовательский журнал. Культурология. Научные статьи по культуре– <https://research-journal.org/category/culture/>
3. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. – <https://kulturologia.ru/>
4. Электронный журнал «Культура культуры» – <http://cult-cult.ru/> или <http://культ-культ.рф/>.
5. Журнал «Знание. Понимание. Умение» – <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1822938> или <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/>, или <http://www.zpu-journal.ru/>
6. «Искусство» журнал – <https://iskusstvo-info.ru/issues/>

7. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>
8. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>
9. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]
10. Ссылки на сайты по мировой художественной культуре – <https://nsportal.ru/user/361659/page/ssylki-na-sayty-po-mirovoy-hudozhestvennoy-kulture>

*в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

*– программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point, Microsoft Outlook).
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС. - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС. - [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ. - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в

сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Культурология» для обучающихся института «Спорта и физического воспитания», 3 курса направления подготовки/специальности 49.03.01 – "Физическая культура" направленности (профилю) – "Спортивная подготовка" заочной формы (ускоренное обучение на базе ВПО)**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
<b>5-ый семестр</b>			
1	<p><i>Подготовка докладов по теме:</i></p> <p>1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов.</p> <p>2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры.</p> <p>3. А.Тойнби о локальных цивилизациях.</p> <p>4. П.Сорокин о типологии и динамике культур.</p> <p>5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры.</p> <p>6. Ю.Лотман: семиотические типы культур.</p> <p>Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада</p>		10
2	<p><i>Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)</i></p>		10
3	<p><i>Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»</i></p>		5
4	<p><i>Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»</i></p>		15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

5	Выступление на семинарах по теме «Российская этнокультура», «Нация и культура»		5
6	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»		5
7	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,		10
8	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу		10
9	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Итого по семестру</b>		<b>80 баллов</b>
	<b>Зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Раздел 1. Теория культуры» по теме, пропущенной студентом	5
2	Выступление на семинаре по теме «Культурология в системе социально-гуманитарного знания»	10
3	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
4	Презентация по темам Разделов 1,2,3,4 (по выбору студента)	15
5	Тестирование по Разделу 2 «Историческая типология культуры»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью  
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*  
(ускоренное обучение на базе ВПО)

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины (модуля):** 5 семестр

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОК-5</b>	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурные коммуникации, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта			5
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные навыки в осуществлении творческих проектов в социокультурной сфере.			5
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований.			5
<b>ПК-32</b>	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия			5
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике			5
	<i>Владеть:</i> навыками культурного общения, а также управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде			5

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	5	1	1	10		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	5	1	1	22		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	5	1	1	10		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. Нации и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	5	1	1	22		
<b>Итого за семестр</b>		5	4	4	64		Зачет

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных  
проблем**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 "Физическая культура"

(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного Института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 28 от «12» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № 31 от «16» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» мая 201\_\_ г.

Составитель:

Кошелева Анна Владимировна – доктор культурологии, доцент, зав.кафедрой  
рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем  
РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

Как учебная дисциплина «Культурология» включает в себя следующие задачи:

1. Сформировать у студентов систему научного знания о культуре, ее сущности, функциях, структуре, механизмах и закономерностях существования.
2. Привести к пониманию важности культуры в становлении и развитии личности и общества. Дать возможность выработать творческое восприятие и освоение идей, достижений различных культур, готовность к диалогу с представителями иных культур, умение отстаивать свою позицию на основе осознанного понимания ценности отечественной культуры, умение ориентироваться в различных направлениях художественной культуры, религиях, культурных символах.
3. Выработать навыки научного исследования культурных процессов происходящих в современном мире, применения полученных знаний в жизненной и профессиональной практике.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Данная дисциплина относится к разряду модуля обязательной дисциплины вариативной части базового гуманитарного, социального и экономического цикла – Б1.В.ОД.9. Дисциплина «Культурология» читается на заочной форме обучения и очной. На заочной форме обучения данная дисциплина реализуется – на пятом курсе в девятом семестре.

Место дисциплины в ряду таких курсов как «История», «Философия», «Искусство речевого общения», «Психология», «Основы Олимпийских знаний», «Экологические основы», «Основы современной конфликтологии»,

«Реклама и связи с общественностью в сфере физической культуры и спорта», «Социология», «Основы социальной и культурной антропологии», «Россия в международном спортивном и Олимпийском движении», «Этика в спорте», «Этикет деловых отношений в сфере физической культуре и спорта», «Эстетические проблемы в спорте», «Организация спортивно-зрелищных мероприятий», «Структура и содержание имиджа педагога».

Вопросы и проблемы культуры и история культуры, рассматриваемые в курсе «Культурология» были дополнены и конкретизированы в выше перечисленных курсах.

Дисциплина Культурология – это интегративная наука, которая имеет междисциплинарный характер. В связи с этим она является важным звеном в профессиональной подготовке бакалавров, так как углубляет и расширяет знания по выше перечисленным учебным дисциплинам. Студенты во время обучения сталкиваются не только с различными аспектами современной науки, но и видят взаимосвязь данных наук с общей для них базой – человеческой деятельностью, то есть культурой. Таким образом, расширяются знания о культуре и даются интегративные познания и навыки для успешной профессиональной деятельности и (или) для продолжения образования в магистратуре.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-6	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта; основные социокультурные концепции и соответствующую проблематику.			9
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные знания в области культуры; самостоятельно анализировать различные культурные проблемы с использованием культурологической терминологии, общаться и взаимодействовать в современном обществе			9
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия; способностью воспринимать культурное разнообразие и различия; способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия			9
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на предприятии, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия; функции и средства общения;			9
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике; свободно общаться с различным контингентом, грамотно освещать проблемы в профессиональной деятельности; выбрать и реализовать			9

	тот или иной стиль общения, адекватный контингенту воспитанников и педагогическим задачам; устанавливать конструктивные взаимоотношения и организовывать взаимодействие между участниками образовательного процесса.			
	<i>Владеть:</i> навыками и приемами культурного общения, в том числе, в профессиональной деятельности; приемами общения при работе с коллективом и с каждым индивидуумом; созданием благоприятного микроклимата в коллективе.			9

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	9	1	1	10		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	9	1	2	20		
3	Раздел 3. Морфология культуры	9	1	1	10		

	Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры						
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Нации Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура. Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.	9	1	4	20		
Итого за семестр		9	4	8	60		Зачет

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

Зачет

*Перечень вопросов к зачету*

1. Специфика культурологии как социально-гуманитарного знания.  
Интегративная сущность культурологии
2. Методологическая роль культурологии для наук о физической культуре и спорте
3. Основные функции культуры
4. Специфика языка культуры

5. Понятие морфологии культуры, ее основное содержание
6. Культура: доминирующая, субкультура, контркультура
7. Культура: массовая, элитарная, народная.
8. Н.Я.Данилевский о локально-исторических типах культуры.
9. Культурологическая концепция П.Сорокина.
- 10.Соотношение культуры и цивилизации (по работе О.Шпенглера «Закат Европы»)
11. Проблемы кризиса культуры в работах А.Шопенгауэра
- 12.З.Фрейд о природной антикультурности человека.
13. Неофрейдизм К.Юнга.
14. Х.Ортега-и-Гассет о культуре элиты и массы.
- 15.Гуманистические концепции культуры А.Швейцера и Н.К.Рериха
- 16.Игровая концепция культуры Й. Хейзинга
- 17.Культурные особенности Восток и формы их проявления
- 18.Культурные особенности Запада и формы их проявления
- 19.Культура, искусство и религия
- 20.Глобальные проблемы человечества и экологическая культура
21. Профессиональная культура и культурная компетентность.
- 22.Диалог культур, межкультурная и межличностная коммуникация
- 23.Политическая культура и особенности её формирования в России
- 24.Техника и информационные технологии в современной культуре
- 25.Понятие культуры межнационального общения, способы ее формирования
- 26.Физическая культура и спорт как часть общей культуры
27. Особенность первобытной культуры
28. Культура древних цивилизаций востока
- 29.Античность как тип культуры: основные черты, представители
- 30.Роль античной культуры в развитии европейской цивилизации
31. Возникновение христианства и его роль в развитии мировой культуры
32. Библия – памятник мировой культуры
33. Основные этапы развития средневековой культуры, эволюция ее принципов

34. Византия как центр раннесредневековой культуры. Византия и Русь.
35. Культура Возрождения – специфика, этапы, формы проявления, представители
36. Гуманистические идеи эпохи Возрождения и их историческая судьба
37. Культура эпохи просвещения (Западная Европа, Россия)
38. Особенности культуры Нового времени
39. Культура Новейшего времени.
40. Основные этапы и особенности развития отечественной культуры – общая характеристика
41. Характерные черты древнерусской культуры
42. Средневековая культура Руси
43. Петровские реформы как фактор развития российской культуры
44. Культура России первой половины 19 века. «Золотой век» русской культуры.
45. Культура России второй половины 19 века.
46. Культура России на рубеже 19-20 веков. «Серебряный век» русской культуры
47. Культура русского зарубежья
48. Особенность культуры советского периода.
49. Российская культура современного периода.
50. Российская культура в контексте мирового культурного процесса.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

*а) Основная литература:*

1. Культурология: учебное пособие. /В.Л. Нестерова,– Ставрополь: Из-во СКФУ, 2017. –2016 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Культурология: учебник для студентов вузов / Т.С. Грушевицкая, А.П. Садохин, – 3-е изд. перераб. и доп.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –687 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. Культурология: учебное пособие для студентов вузов /А.П.Садохин, И.И.Толстикова.– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 295 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

4. Культурология. История мировой культуры: учебник для студентов/Н.О. Воскресенская. – 2-е изд.,– М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 759 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

5. Культурология. История мировой культуры. Хрестоматия: учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Эриашвили. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 607 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

6. Культурология. Теория и история мировой культуры: учеб. пособие/ Ножкина И.А. и др. - 2-е изд., перераб.– М.: БИБКООМ ТРАНСЛОГ, 2016. – 327 с.

*б Дополнительная литература:*

1. Античность как геном европейской и российской культуры/под ред. В.П. Шестакова.– СПб.: Алетейя, 2016. – 284 с.

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2. Багдасарьян, Н.Г. Культурология : учеб. для вузов: рек. Науч.-метод. Советом по культурологии М-ва науки и образования РФ / Н.Г. Багдасарьян. - М.: Высш. образование, 2008. – 495 с.

3. Багновская, Н.М. Основы культурологии : учеб. пособие по дисциплине культурологии блока ГСЭ Гос. образов. стандарта: рек. науч.-метод. Советом по культурологии М-ва образования РФ для вузов / Н.М. Багновская. - М.: Фонд "Мир": Акад. проект, 2004.

4. Бич, Ю.Г. Материальная культура и история изобразительного искусства: конспект лекций / Бич Ю.Г., Гангур Н.А.; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2007. – 93 с.

5. Викторов, В.В. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология" блока ГСЭ Гос. образоват. стандарта: рек. Науч.-метод. советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для вузов / В.В. Викторов ;

- Финансовая акад. при правительстве РФ. – Изд. доп. – М.: Вуз. учеб., 2010. – 410 с.
6. Волкова, Д.В. Культурология : учеб. пособие / Д.В. Волкова, А.Ю. Новиков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 315 с.
  7. Горелов, А.А. Культурология в вопросах и ответах: учеб. пособие/ А.А.Горелов. – М.: Эксмо, 2005. – 284 с.
  8. Золкин, А.Л. Культурология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар.-соц. специальностям: рек. М-вом образования РФ: рек. УМЦ "Проф. учеб." / А.Л. Золкин. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити-Дана, 2009. - 583 с.
  9. Исламгалиева, С.К. Культурология: курс лекций: учеб. пособие для вузов / С.К. Исламгалиева, К.Е. Халин, Г.В. Бабаян. – Изд. 3-е, стер. – М.: Экзамен, 2009. – 191 с.
  10. Кононенко, Б.И. Большой толковый словарь по культурологии/ Кононенко Борис Иванович. – М.: Вече: АСТ, 2003. – 511 с.
  11. Крёбер, А. Избранное: Природа культуры / Альфред Луис Крёбер. – М.: РОССПЭН, 2004. – 1007 с.
  12. Кравченко, А.И. Культурология: учебник / А.И. Кравченко; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова. – М.: Проспект, 2007. – 285 с.
  13. Культура и личность: учеб. пос./под ред. Е.Я. Букиной.– Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2013. – 112с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
  14. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 1: А - Л. – СПб.: Унив. кн., 1998. – 447 с.
  15. Культурология 20 век: Энциклопедия. Т. 2: М - Я. – СПб.: Унив. кн., 1998. - 446 с.
  16. Культурология : История мировой культуры: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по соц.-гуманитар. спец. и направлениям: рек. М-вом образования РФ / ред. Кузнецова Т.Ф. – М.: Academia, 2003. - 605 с.

17. Культурология : учеб. по дисциплине "Культурология": рек. Науч.-метод советом по культурологии М-ва образования и науки РФ для студентов вузов /под ред. Ю.Н. Солонина, М.С. Кагана. – М.: Высш. образование: Юрайт, 2009. – 566 с.
18. Лотман, Ю.М. Беседы о русской культуре : Быт и традиции русского дворянства (18 - начало 19 в.). - СПб.: Искусство-СПб, 1994. - 399 с.
19. Малышева, Е.М. Культурология. История мировой культуры : учеб. пособие / Е.М. Малышева. - М.: Кн. дом Ун-т, 2008. - 287 с.
20. Практикум для студентов по дисциплине «Культурология»: учеб. пос. /А.В. Лукаш.– М.: Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
21. Розанов В. В. Религия и культура. – М.: Директ-Медиа, 2012.– 298 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
22. Садохин А.П. Культурология. Словарь терминов, понятий, имен.– М.: Директ-Медиа, 2016 – 184с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
23. Тайлор Э. Первобытная культура.– М.: Директ-Медиа, 2015 – 1458 с.  
«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
24. Караванова, Н.Б. Россия : города, люди, традиции : ил. энцикл./ Караванова Н. - М.: Эксмо, 2009. - 303 с.

*б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:*

1. Культурологический журнал - <http://www.cr-journal.ru/>
2. Международный научно-исследовательский журнал. Культурология. Научные статьи по культуре– <https://research-journal.org/category/culture/>
3. Культурология РФ. Журнал о культуре и искусстве. – <https://kulturologia.ru/>
4. Электронный журнал «Культура культуры» – <http://cult-cult.ru/> или <http://культ-культ.рф/>.

5. Журнал «Знание. Понимание. Умение» – <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1822938> или <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/>, или <http://www.zpu-journal.ru/>
6. «Искусство» журнал – <https://iskusstvo-info.ru/issues/>
7. «КУЛЬТУРОЛОГ» – сайт о культуре <http://culturolog.ru/>
8. «КУЛЬТУРОЛОГИЯ» сайт - статьи, учебные материалы, новости <https://kultyres.ru/>
9. «Искусство и культура» сайт – <http://urok-kultury.ru/category/iskusstvo-mxk/> [urok-kultury.ru]
10. Ссылки на сайты по мировой художественной культуре – <https://nsportal.ru/user/361659/page/ssylki-na-sayty-po-mirovoy-hudozhestvennoy-kulture>

*в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:*

*– программное обеспечение дисциплины (модуля):*

1. Операционная система - Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro (Microsoft Word, Microsoft Excel, Microsoft Power Point, Microsoft Outlook).
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант

*– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС. - [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС. - [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ. - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет- версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) «Культурология» для обучающихся института «Спорта и физического воспитания», 5 курса направления подготовки/специальности 49.03.01 – "Физическая культура" направленности (профилю) – "Спортивная подготовка" заочной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: рекламы, связей с общественностью и социально-гуманитарных проблем.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
<b>6-ый семестр</b>			
1	<p><i>Подготовка докладов по теме:</i></p> <p><i>1. Н.Я. Данилевский о многообразии культурно-исторических типов.</i></p> <p><i>2. О.Шпенглер об исторической типологии мировой культуры.</i></p> <p><i>3. А.Тойнби о локальных цивилизациях.</i></p> <p><i>4. П.Сорокин о типологии и динамике культур.</i></p> <p><i>5. М.Мид: постфигуративная, кофигуративная и префигуративная культуры.</i></p> <p><i>6. Ю.Лотман: семиотические типы культур.</i></p> <p><i>Форма контроля – заслушивание и обсуждение доклада</i></p>		10
2	<p><i>Презентация по темам «Спорт и искусство», «Культура, искусство, религия», «Китайская культура», «Арабская Культура», «Культурологические концепции», «Западная культура» (по выбору студента)</i></p>		10
3	<p><i>Выступление на семинарах по теме «Природа и культура». «Наука, техника, технологии в контексте культуры»</i></p>		5
4	<p><i>Рефераты по темам «Роль культуры в развитии коммуникации», «Культурологическая мысль от Античности до нашего времени», «История отечественной культуры»</i></p>		15
5	<p><i>Выступление на семинарах по теме «Российская</i></p>		5

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	этнокультура», «Нация и культура»		
6	Выступление на семинарах по теме «Физическая культура и спорт в современной культуре»		5
7	Презентация по теме «Вехи русской культуры»,		10
8	Тестирование по 1 Разделу и 2 Разделу		10
9	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>Итого по семестру</b>		<b>80 баллов</b>
	<b>Зачет с оценкой</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа «Раздел 1. Теория культуры» по теме, пропущенной студентом	5
2	Выступление на семинаре по теме «Культурология в системе социально-гуманитарного знания»	10
3	Написание реферата по предлагаемым темам (по выбору студента)	15
4	Презентация по темам Разделов 1,2,3,4 (по выбору студента)	15
5	Тестирование по Разделу 2 «Историческая типология культуры»	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Также предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра рекламы, связей с общественностью  
и социально-гуманитарных проблем**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.9., КУЛЬТУРОЛОГИЯ»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 "Физическая культура"  
(код и наименование)

Направленность (профиль): "Спортивная подготовка"  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 2 зачетные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины (модуля):** 9 семестр

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины (модуля) «Культурология» является: изучение и формирование у студентов представление о культурном развитии и культуре как системе взаимосвязанных элементов, научить ориентироваться в многообразии культурных процессов, приобщить к достижениям отечественной и мировой культуры. Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОК-6	<i>Знать:</i> содержание и значение культурологических терминов (культура, межкультурное и межличностное взаимодействие, динамика культуры, типология культуры и т.д.); основные методологические подходы к изучению истории мировой культуры; содержание, специфику и своеобразие основных этапов развития мировой, отечественной культур, историю физической культуры и спорта; основные социокультурные концепции и соответствующую проблематику.			9
	<i>Уметь:</i> ориентироваться в современной социокультурной ситуации; применять полученные знания в области культуры; самостоятельно анализировать различные культурные проблемы с использованием культурологической терминологии, общаться и взаимодействовать в современном обществе			9
	<i>Владеть:</i> навыками исследований в области культуры; методами культурологических исследований для успешного решения межкультурного и межличностного взаимодействия; способностью воспринимать культурное разнообразие и различия; способностью работать в коллективе, толерантно воспринимать социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия			9
ПК-32	<i>Знать:</i> культуру деловых и межличностных отношений на			9

	предприятию, в том числе в сфере физической культуры и спорта; основы культурно-делового взаимодействия			
	<i>Уметь:</i> создавать благоприятную культурную среду на предприятии, применять культурологические знания в социальной практике			9
	<i>Владеть:</i> навыками культурного общения, а также управления персоналом, в том числе, в межкультурной среде			9

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1. Теория культуры Тема 1.1. Культурология в системе социально-гуманитарного знания Тема 1.2. Смысл, структура и функции культуры. Основные концепции культуры	9	1	1	10		
2	Раздел 2. Историческая типология культуры Тема 2.1. Первобытная и древневосточные культуры. Культура европейской античности. Тема 2.2. Культура средневековья и Нового времени Тема 2.3. Основные вехи развития отечественной культуры Тема 2.4. Культура в современном мире	9	1	2	20		
3	Раздел 3. Морфология культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры Тема 3.1. Природа и культура. Наука и техника в контексте культуры	9	1	1	10		
4	Раздел 4. Социальное функционирование культуры Тема 4.1. Нации и культуры. Современные этнокультурные и национальные проблемы Тема 4.2. Политика – нравственность – культура. Культурная политика Тема 4.3. Личность и культура.	9	1	4	20		

	Тема 4.4. Физическая культура и спорт как часть общей культуры. Здоровый образ жизни и телесная культура.						
<i>Итого за семестр</i>		9	4	8	60		Зачет

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт ИТРРиФ

Кафедра биомеханики

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.10 «Спортивная метрология»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная (ускоренное обучение)*

Год набора 2015

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ  
Протокол № 55 от «28» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики  
(наименование)  
Протокол № 1 от «29» августа 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики  
(наименование)  
Протокол № 1 от «1» сентября 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Шалманов Александр Александрович, к.п.н., доцент, профессор  
кафедры биомеханики, Лукунина Елена Анатольевна, к.п.н., доцент, профессор  
кафедры биомеханики

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «спортивная метрология» является: формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Необходимость введения курса «Спортивная метрология» вариативной части Б1.В.ОД.10 обусловлена тем, что одной из главных задач управления педагогическим процессом, в том числе спортивной тренировкой, является наличие обратной связи, которая предполагает получение информации о результатах воздействия на организм человека средств физического воспитания и спортивной тренировки.

В этой связи к числу наиболее актуальных проблем относятся вопросы контроля за оперативным и текущим состоянием занимающихся физическими упражнениями и кумулятивным эффектом результатов педагогической деятельности преподавателей физической культуры и тренеров.

Высшее образование специалистов физической культуры и спорта также предполагает и наличие навыков научно-исследовательской работы. Научно-исследовательская работа требует умения проведения соответствующих измерений, обработки данных и их анализа.

Изучение курса «Спортивная метрология» базируется на знаниях слушателей в таких областях как: математическая статистика, спортивная морфология, биохимия, физиология, биомеханика, психология, физика.

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>ОПК-1</b>	<i>Знать:</i> анатоμο-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности;	3		4
	<i>Уметь:</i> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
	<i>Владеть:</i> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
<b>ПК-5</b>	<i>Знать:</i> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.	3		4
	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития. - применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.			
	<i>Владеть:</i> методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся;			
<b>ПК-30</b>	<i>Знать:</i> принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	3		4
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; <i>Владеть:</i> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.			

### 4.Структура и содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>3</b>					
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)		2	2			
1.2.	Основы теории измерений		2	2			
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			4			
1.4.	Основы теории тестов		2	2			
1.5.	Основы теории оценок		2	2			
1.6.	Количественная оценка качественных показателей			4			
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>8</b>	<b>16</b>			
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		2	2			
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		2	4			
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			2			
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок		2	2			
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности			4			

2.6.	Метрологические основы отбора в спорте		2	2			
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>40</b>		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				8		
1.2.	Основы теории измерений		1		6		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			1	6		
1.4.	Основы теории тестов		1		8		
1.5.	Основы теории оценок			1	6		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				6		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>49</b>		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля			1	10		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		1		8		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			1	7		

2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок			1	8		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности		1		8		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте			1	8		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## **ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.**

### **РАЗДЕЛ 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте**

#### **Тема 1.1. Теоретические основы спортивной метрологии.**

*Лекция.* Предмет и задачи спортивной метрологии. Место спортивной метрологии среди других наук о физическом воспитании и спорте. Спортивная метрология как учебная дисциплина в области физического воспитания и спорта.

*Практическое занятие.* Спортивная тренировка как процесс управления. Понятие об управлении. Управление в спортивной тренировке. Контроль в спортивной тренировке.

#### **Тема 1.2. Основы теории измерений.**

*Лекция.* Понятие об измерении. Шкалы измерений (наименований, порядка, интервалов и отношений). Понятия о точности измерений. Абсолютные, относительные, систематические и случайные ошибки измерений.

*Практическое занятие.* Объект измерения. Способы вычисления погрешностей. Единицы измерений. Точность измерений.

*Самостоятельная работа.* Определить одним из способов вычисления погрешность в предлагаемых вариантах тестовых заданий.

#### **Тема 1.3. Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения.**

*Практическое занятие.* Статистические показатели вариативности. Стандартное отклонение. Коэффициент вариации. Область использования

стандартного отклонения и коэффициента вариации в разработке тестов и системе оценивания в физическом воспитании и спорте.

Область применения и прикладные особенности использования методов математической статистики в системе комплексного контроля.

Корреляционные методы, их характеристика и применение в работе с тестами. Линейная и нелинейная корреляции. Параметрическая и непараметрическая корреляции. Использование коэффициентов корреляции Брауэ-Пирсона, Спирмена, корреляционного отношения, тетракорического коэффициента корреляции.

*Самостоятельная работа.* Регрессионный анализ. Характеристика и область применения регрессионного анализа. Формы регрессии. Экстраполяция и интерполяция. Метод регрессионных остатков.

Дисперсионные методы. Характеристика дисперсионного анализа. Область применения дисперсионного анализа. Причина появления общей, факториальной, межгрупповой и индивидуальной дисперсий при проведении тестирования. Однофакторный и двухфакторный комплексы дисперсионного анализа.

#### **Тема 1.4. Основы теории тестов.**

*Лекция.* Определение теста и виды тестов. Требования к тестам: стандартность, надежность, информативность и система оценок.

Стандартность теста. Описание теста как основа стандартизации процедуры тестирования.

Надежность тестов. Основные понятия. Факторы, определяющие надежность. Разновидности надежности. Методы расчета коэффициента надежности и пути повышения надежности теста. Разновидности надежности теста: воспроизводимость, согласованность, эквивалентность и стабильность.

Информативность теста: определение, методы оценки информативности теста (логический и эмпирический). Разновидности информативности от цели тестирования. Выбор критерия информативности. Показатели, используемые в качестве критерия информативности. Разновидности информативности:

различительная, диагностическая и прогностическая. Эмпирическая информативность.

*Самостоятельная работа.* Информативность при наличии единичного критерия. Конкурентная информативность. Факторная информативность.

### **Тема 1.5. Основы теории оценок.**

*Лекция.* Понятие об оценивании. Область применения систем оценивания в физическом воспитании и спорте. Основные задачи оценивания.

Шкалы оценок. Типы шкал оценивания: пропорциональные, прогрессирующие, регрессирующие и сигмовидная. Разновидности шкал: шкалы выбранных точек, квантильные шкалы и стандартные. Методы расчетов, построения и область применения различных видов шкал. Выбор шкал оценивания в практической работе.

*Практические занятия.* Нормы. Разновидности норм: сопоставительные, индивидуальные, должные, возрастные. Пригодность норм: релевантность, репрезентативность, современность, учет телосложения.

Оценка спортивных достижений. Проблема эквивалентности оценок. Оценка в многоборье. Квалификационные нормативы.

*Самостоятельная работа.* Оценка результатов комплексного контроля. Оценка при тестировании общей и специальной физической подготовленности. Построение профилей физической подготовленности.

### **Тема 1.6. Количественная оценка качественных показателей.**

*Практические занятия.* Понятие о квалиметрии. Процедура квалиметрического оценивания. Методы квалиметрии: экспертиза и анкетирования. Методы экспертной оценки. Организация экспертизы. Подбор экспертов. Постановка целей и задач экспертизы. Способы экспертного оценивания: Ранжирование, попарное сравнение, шкалирование.

Определение согласованности мнения экспертов с помощью коэффициента конкордации.

*Самостоятельная работа.* Понятие экспертизы. Проблемы составления анкет. Подбор экспертов. Постановка целей и задач экспертизы. Способы

экспертного оценивания: ранжирование, метод попарного сравнения, шкалирования. Примеры применения квалиметрических методов в спортивной практике.

## **Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте**

### **Тема 2.1. Состояние спортсмена и разновидности контроля.**

*Лекция.* Разновидности состояния спортсмена и соответствующие им разновидности контроля.

Этапный контроль: цель, сроки проведения и организационные особенности; оценка надежности и информативности тестов для этапного контроля.

Текущий контроль: цель, сроки проведения и организационные особенности; метрологическая проверка тестов для текущего контроля.

*Самостоятельная работа.* Оперативный контроль; цель, сроки проведения и организационные особенности. Выбор тестов для оценки оперативного состояния спортсменов и их метрологическая проверка.

### **Тема 2.2. Метрологические основы контроля соревновательной деятельности.**

*Лекция.* Основные задачи контроля соревновательной деятельности. Прогнозирование роста спортивных достижений. Уточнение планов тренировочных нагрузок и методики тренировки.

*Практические занятия.* Регистрация показателей спортивной техники с использованием видеозаписи, стенографирования и наговаривание на магнитофон. Определение общего числа и результативности технико-тактических действий. Коррекция календаря соревнований и тактики участия в них. Коррекция состояния спортсмена в ходе соревнования.

*Самостоятельная работа.* Использование характеристик соревновательной деятельности в качестве модельных для данного вида спорта и в качестве критериев информативности при разработке тестового контроля.

### **Тема 2.3. Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов.**

*Практические занятия.* Условия измерения силовых качеств. Режимы проявления силовых качеств: статический, динамический. Характеристики силовых качеств. Наиболее распространенные силовые тесты, их информативность и надежность.

Измерение основных показателей скоростных качеств. Дистанционная и стартовая скорость и методы оценки в движениях разной сложности.

Элементарные и комплексные проявления быстроты. Метрологические требования к оценке времени реакции, длительности и темпу движений. Наиболее распространенные тесты, их информативность и надежность.

*Самостоятельная работа.* Контроль уровня выносливости. Общая и специфическая выносливость. Информативность и надежность тестов при контроле за общей и специфической выносливостью. Метрологическая характеристика различных видов выносливости. Соотношения между выносливостью, силой и быстротой.

Контроль точности двигательных действий. Методы оценки точности. Индивидуальные особенности проявления точности и сочетания быстроты и точности двигательных действий. Тесты для оценки и контроля точности и сочетания быстроты и точности.

Контроль гибкости. Пассивная и активная гибкость. Методы измерения. Проблема выбора информативных и надежных тестов.

### **Тема 2.4. Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок.**

*Лекция.* Метрологические требования к контролю тренировочных нагрузок. Основные характеристики нагрузок: специализированность, направленность, величина и сложность.

*Практические занятия.* Надежность и информативность показателей нагрузки. Особенности измерений нагрузок в процессе оперативного, текущего

и этапного контроля. Понятие о соревновательной нагрузке и нагрузки соревновательного упражнения.

*Самостоятельная работа.* Определение внешней и внутренней нагрузки в своем виде спорта; педагогические и физиологические показатели нагрузки.

**Тема 2.5. Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности.**

*Практические занятия.* Показатели технического мастерства спортсменов: объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники.

Количественные характеристики объема и разносторонности техники. Измерение соревновательных и тренировочных объемов техники. Измерение соревновательной и тренировочной разносторонности техники.

Контроль эффективности техники. Разновидности оценок эффективности техники: абсолютная эффективность, сравнительная эффективность, реализационная эффективность. Показатели абсолютной эффективности техники. Дискриминативные признаки как показатели сравнительной эффективности. Использование метода регрессионных остатков для оценки реализационной эффективности техники.

Освоенность, стабильность и устойчивость техники. Вариативность характеристик. Влияние на устойчивость утомления и сбивающих факторов.

*Самостоятельная работа.* Выявить критерии оценки тактического мастерства в своем виде спорта.

***Тема 2.6. Метрологические основы отбора в спорте.***

*Лекция.* Метрологические основы прогноза в спорте. Методы прогнозирования: Экспертиза для развития методики тренировки. Метод экстраполяции при прогнозировании высших спортивных достижений. Определение силы наследственных влияний и взаимосвязи ювенильных и дефинитивных признаков для прогнозирования спортивной одаренности.

*Практические занятия.* Основные направления отбора: спортивная специализация, комплектования команды, отбор в сборные команды. Модельные характеристики и их роль в отборе. Выбор количественных

модельных характеристик, их обоснование. Характеристики групповых и индивидуальных моделей подготовленности спортсменов.

*Самостоятельная работа.* Определить основные метрологические подходы в прогнозировании спортивных достижений и факторов, их определяющих.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

### ***Примерный перечень вопросов к экзамену***

1. Спортивная тренировка как процесс управления. Понятие об управлении и комплексном контроле.

2. Понятие об измерении. Шкалы измерений (номинальная, порядка, интервалов и отношений). Привести примеры использования разных шкал измерений в своем виде спорта.

3. Точность измерений. Систематические, случайные, абсолютные и относительные ошибки измерений.

4. Основные понятия теории тестов. Требования к организации и проведению тестирования.

5. Виды надежности тестов и способы ее оценки. Статистические методы оценки надежности тестов.

6. Логическая и эмпирическая информативность тестов. Оценка информативности тестов при наличии и отсутствии единичного критерия информативности.

7. Основные понятия теории оценок. Шкалы оценок (пропорциональные, прогрессирующие, регрессирующие и S-образная).

8. Разновидности норм (сопоставительные, индивидуальные и должные) и их пригодность (релевантность, репрезентативность и современность).

9.Основные понятия квалиметрии. Метод экспертных оценок (опрос и анкетирование).

10.Контроль соревновательной деятельности. Особенности регистрации и метрологической оценки показателей соревновательной деятельности в различных видах спорта (циклические, ациклические, игровые, единоборства и т.п.).

11.Контроль технической и тактической подготовленности спортсменов. Метрологическая оценка показателей технико-тактического мастерства (объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники и тактики).

12.Контроль физического состояния спортсменов (телосложение и состав тела, состояние здоровья и уровень развития двигательных качеств).

13.Контроль силовых качеств спортсмена. Метрологическая оценка основных, интегральных и дифференциальных показателей силы.

14.Контроль скоростных качеств спортсмена. Метрологическая оценка показателей элементарных форм проявления быстроты.

15.Контроль уровня развития выносливости. Разновидности показателей выносливости спортсменов и их метрологическая оценка.

16.Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

17.Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки. Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

18.Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

19.Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

20.Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

21.Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

22.Метрологические особенности контроля за основными факторами,

влияющими на гибкость.

23.Возрастные изменения показателей пассивной и активной гибкости и их информативность.

24.Влияние наследственных факторов на гибкость и метрологические основы отбора юных спортсменов по этому показателю.

25.Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки.

26.Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

27.Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

28.Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

29.Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Годик, М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры / М.А.Годик. – М.: ФиС, 1988.

2. Гмурман, В.Е.. Теория вероятностей и математическая статистика / В.Е. Гмурман. – М.: Высшая школа, 2000.

3. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Зациорского. – М.: ФиС, 1982.

4. Коренберг, В.Б. Спортивная метрология: учебник для студентов / В.Б. Коренберг. – Малаховка, 2008.

5. Начинская, С.В. Спортивная метрология / Начинская С.В. Учеб. пособие для студ. высш. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 240 с.

6. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология/ Смирнов Ю.И., Полевщиков М.М. Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.

б)Дополнительная литература:

1. Годик, М.А. Контроль нагрузок в спорте: лекция для студентов-заочников / М.А. Годик. – М.: ГЦОЛИФК, 1978.

2. Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы и методика проведения контроля технической подготовки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: СпортАкадемПресс, 2000.

3. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда– учеб. пособие – 4-е изд. испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008.- 244с.

4. Коренберг, В.Б. Спортивная метрология : слов.–справ / В.Б. Коренберг– М.: Сов.спорт, 2004.

5. Начинская, С.В. Применение статистических методов в сфере физической культуры / С.В. Начинская. – СПб., 2000.

6. Начинская, С.В. Спортивная метрология : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / С.В. Начинская. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2012. - 239 с.: табл.

в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
2. <http://medline.ru>
3. <https://elibrary.ru>
4. <http://lms.sportedu.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.

- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1)Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

2)Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивная метрология» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки/ специальности Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка (ускоренное обучение) очной и заочной формам обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3/4 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	<i>РГР № 1</i>	<i>2 неделя</i>	<i>10</i>
2	<i>РГР № 2</i>	<i>4</i>	<i>10</i>
3	<i>РГР № 3</i>	<i>6</i>	<i>10</i>
4	<i>РГР № 4</i>	<i>12</i>	<i>10</i>
5	<i>Опрос по теме «Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения»</i>	<i>5</i>	<i>10</i>
6	<i>Опрос по теме «Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов»</i>	<i>14</i>	<i>10</i>
7	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
	<b>экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>РГР № 1</i>	<i>10</i>
2	<i>РГР № 2</i>	<i>10</i>
3	<i>РГР № 3</i>	<i>10</i>
4	<i>РГР № 4</i>	<i>10</i>
5	<i>Написание реферата по теме «Метрологические основы отбора в спорте»</i>	<i>15</i>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт ИСиФВ**

**Кафедра биомеханики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.10 «Спортивная метрология»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная (ускоренное обучение)*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 2(4).

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-1</b>	<i>Знать:</i> анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности;	2		4
	<i>Уметь:</i> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
	<i>Владеть:</i> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
<b>ПК-5</b>	<i>Знать:</i> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.	2		4
	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в			

	различные периоды возрастного развития. - применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.			
	<i>Владеть:</i> методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся; - комплексом средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей			
<b>ПК-30</b>	<i>Знать:</i> принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	2		4
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов;			
	<i>Владеть:</i> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.			

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

#### очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</b>	3					
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)		2	2			
1.2.	Основы теории измерений		2	2			
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			4			
1.4.	Основы теории тестов		2	2			
1.5.	Основы теории оценок		2	2			

1.6.	Количественная оценка качественных показателей			4			
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>8</b>	<b>16</b>			
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		2	2			
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		2	4			
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			2			
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок		2	2			
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности			4			
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте		2	2			
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>40</b>		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				8		
1.2.	Основы теории измерений		1		6		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			1	6		

1.4.	Основы теории тестов		<b>1</b>		<b>8</b>		
1.5.	Основы теории оценок			<b>1</b>	<b>6</b>		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				<b>6</b>		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>49</b>		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля			<b>1</b>	<b>10</b>		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		<b>1</b>		<b>8</b>		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			<b>1</b>	<b>7</b>		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок			<b>1</b>	<b>8</b>		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности		<b>1</b>		<b>8</b>		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте			<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Институт ИСиФВ

Кафедра биомеханики

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«Б1.В.ОД.10 «Спортивная метрология»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института ТРРиФ  
Протокол № 55 от «28» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики  
(наименование)  
Протокол № 1 от «29» августа 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
биомеханики  
(наименование)  
Протокол № 1 от «1» сентября 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Шалманов Александр Александрович, к.п.н., доцент, профессор  
кафедры биомеханики, Лукунина Елена Анатольевна, к.п.н., доцент, профессор  
кафедры биомеханики

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины (модуля) «спортивная метрология» является: формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Необходимость введения курса «Спортивная метрология» вариативной части Б1.В.ОД.10 обусловлена тем, что одной из главных задач управления педагогическим процессом, в том числе спортивной тренировкой, является наличие обратной связи, которая предполагает получение информации о результатах воздействия на организм человека средств физического воспитания и спортивной тренировки.

В этой связи к числу наиболее актуальных проблем относятся вопросы контроля за оперативным и текущим состоянием занимающихся физическими упражнениями и кумулятивным эффектом результатов педагогической деятельности преподавателей физической культуры и тренеров.

Высшее образование специалистов физической культуры и спорта также предполагает и наличие навыков научно-исследовательской работы. Научно-исследовательская работа требует умения проведения соответствующих измерений, обработки данных и их анализа.

Изучение курса «Спортивная метрология» базируется на знаниях слушателей в таких областях как: математическая статистика, спортивная морфология, биохимия, физиология, биомеханика, психология, физика.

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>ОПК-1</b>	<i>Знать:</i> анатоμο-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности;	5		6
	<i>Уметь:</i> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
	<i>Владеть:</i> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
<b>ПК-5</b>	<i>Знать:</i> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.	5		6
	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития. - применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.			
	<i>Владеть:</i> методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся;			
<b>ПК-30</b>	<i>Знать:</i> принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	5		6
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов; <i>Владеть:</i> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.			

### 4.Структура и содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения 1 поток

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>5</b>					
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)		2	2	4		
1.2.	Основы теории измерений		2	2	4		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			4	4		
1.4.	Основы теории тестов		2	2	4		
1.5.	Основы теории оценок		2	2	4		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей			4	4		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>8</b>	<b>16</b>			
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		2	2	4		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		2	4	4		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			2	4		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок		2	2	4		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности			4	4		
2.6.	Метрологические основы отбора		2	2	5		

	в спорте					
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>
						<b>Экзамен</b>

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>40</b>		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				<b>8</b>		
1.2.	Основы теории измерений		<b>1</b>		<b>6</b>		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и областей их применения			<b>1</b>	<b>6</b>		
1.4.	Основы теории тестов		<b>1</b>		<b>8</b>		
1.5.	Основы теории оценок			<b>1</b>	<b>6</b>		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				<b>6</b>		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>49</b>		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля			<b>1</b>	<b>10</b>		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		<b>1</b>		<b>8</b>		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			<b>1</b>	<b>7</b>		
2.4.	Метрологические основы			<b>1</b>	<b>8</b>		

	контроля тренировочных нагрузок						
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности		1		8		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте			1	8		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## **ТЕМЫ И КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ.**

### **РАЗДЕЛ 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте**

#### **Тема 1.1. Теоретические основы спортивной метрологии.**

*Лекция.* Предмет и задачи спортивной метрологии. Место спортивной метрологии среди других наук о физическом воспитании и спорте. Спортивная метрология как учебная дисциплина в области физического воспитания и спорта.

*Практическое занятие.* Спортивная тренировка как процесс управления. Понятие об управлении. Управление в спортивной тренировке. Контроль в спортивной тренировке.

#### **Тема 1.2. Основы теории измерений.**

*Лекция.* Понятие об измерении. Шкалы измерений (наименований, порядка, интервалов и отношений). Понятия о точности измерений. Абсолютные, относительные, систематические и случайные ошибки измерений.

*Практическое занятие.* Объект измерения. Способы вычисления погрешностей. Единицы измерений. Точность измерений.

*Самостоятельная работа.* Определить одним из способов вычисления погрешность в предлагаемых вариантах тестовых заданий.

#### **Тема 1.3. Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения.**

*Практическое занятие.* Статистические показатели вариативности. Стандартное отклонение. Коэффициент вариации. Область использования

стандартного отклонения и коэффициента вариации в разработке тестов и системе оценивания в физическом воспитании и спорте.

Область применения и прикладные особенности использования методов математической статистики в системе комплексного контроля.

Корреляционные методы, их характеристика и применение в работе с тестами. Линейная и нелинейная корреляции. Параметрическая и непараметрическая корреляции. Использование коэффициентов корреляции Браве-Пирсона, Спирмена, корреляционного отношения, тетракорического коэффициента корреляции.

*Самостоятельная работа.* Регрессионный анализ. Характеристика и область применения регрессионного анализа. Формы регрессии. Экстраполяция и интерполяция. Метод регрессионных остатков.

Дисперсионные методы. Характеристика дисперсионного анализа. Область применения дисперсионного анализа. Причина появления общей, факториальной, межгрупповой и индивидуальной дисперсий при проведении тестирования. Однофакторный и двухфакторный комплексы дисперсионного анализа.

#### **Тема 1.4. Основы теории тестов.**

*Лекция.* Определение теста и виды тестов. Требования к тестам: стандартность, надежность, информативность и система оценок.

Стандартность теста. Описание теста как основа стандартизации процедуры тестирования.

Надежность тестов. Основные понятия. Факторы, определяющие надежность. Разновидности надежности. Методы расчета коэффициента надежности и пути повышения надежности теста. Разновидности надежности теста: воспроизводимость, согласованность, эквивалентность и стабильность.

Информативность теста: определение, методы оценки информативности теста (логический и эмпирический). Разновидности информативности от цели тестирования. Выбор критерия информативности. Показатели, используемые в качестве критерия информативности. Разновидности информативности:

различительная, диагностическая и прогностическая. Эмпирическая информативность.

*Самостоятельная работа.* Информативность при наличии единичного критерия. Конкурентная информативность. Факторная информативность.

### **Тема 1.5. Основы теории оценок.**

*Лекция.* Понятие об оценивании. Область применения систем оценивания в физическом воспитании и спорте. Основные задачи оценивания.

Шкалы оценок. Типы шкал оценивания: пропорциональные, прогрессирующие, регрессирующие и сигмовидная. Разновидности шкал: шкалы выбранных точек, квантильные шкалы и стандартные. Методы расчетов, построения и область применения различных видов шкал. Выбор шкал оценивания в практической работе.

*Практические занятия.* Нормы. Разновидности норм: сопоставительные, индивидуальные, должные, возрастные. Пригодность норм: релевантность, репрезентативность, современность, учет телосложения.

Оценка спортивных достижений. Проблема эквивалентности оценок. Оценка в многоборье. Квалификационные нормативы.

*Самостоятельная работа.* Оценка результатов комплексного контроля. Оценка при тестировании общей и специальной физической подготовленности. Построение профилей физической подготовленности.

### **Тема 1.6. Количественная оценка качественных показателей.**

*Практические занятия.* Понятие о квалиметрии. Процедура квалиметрического оценивания. Методы квалиметрии: экспертиза и анкетирования. Методы экспертной оценки. Организация экспертизы. Подбор экспертов. Постановка целей и задач экспертизы. Способы экспертного оценивания: Ранжирование, попарное сравнение, шкалирование.

Определение согласованности мнения экспертов с помощью коэффициента конкордации.

*Самостоятельная работа.* Понятие экспертизы. Проблемы составления анкет. Подбор экспертов. Постановка целей и задач экспертизы. Способы

экспертного оценивания: ранжирование, метод попарного сравнения, шкалирования. Примеры применения квалиметрических методов в спортивной практике.

## **Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте**

### **Тема 2.1. Состояние спортсмена и разновидности контроля.**

*Лекция.* Разновидности состояния спортсмена и соответствующие им разновидности контроля.

Этапный контроль: цель, сроки проведения и организационные особенности; оценка надежности и информативности тестов для этапного контроля.

Текущий контроль: цель, сроки проведения и организационные особенности; метрологическая проверка тестов для текущего контроля.

*Самостоятельная работа.* Оперативный контроль; цель, сроки проведения и организационные особенности. Выбор тестов для оценки оперативного состояния спортсменов и их метрологическая проверка.

### **Тема 2.2. Метрологические основы контроля соревновательной деятельности.**

*Лекция.* Основные задачи контроля соревновательной деятельности. Прогнозирование роста спортивных достижений. Уточнение планов тренировочных нагрузок и методики тренировки.

*Практические занятия.* Регистрация показателей спортивной техники с использованием видеозаписи, стенографирования и наговаривание на магнитофон. Определение общего числа и результативности технико-тактических действий. Коррекция календаря соревнований и тактики участия в них. Коррекция состояния спортсмена в ходе соревнования.

*Самостоятельная работа.* Использование характеристик соревновательной деятельности в качестве модельных для данного вида спорта и в качестве критериев информативности при разработке тестового контроля.

### **Тема 2.3. Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов.**

*Практические занятия.* Условия измерения силовых качеств. Режимы проявления силовых качеств: статический, динамический. Характеристики силовых качеств. Наиболее распространенные силовые тесты, их информативность и надежность.

Измерение основных показателей скоростных качеств. Дистанционная и стартовая скорость и методы оценки в движениях разной сложности.

Элементарные и комплексные проявления быстроты. Метрологические требования к оценке времени реакции, длительности и темпу движений. Наиболее распространенные тесты, их информативность и надежность.

*Самостоятельная работа.* Контроль уровня выносливости. Общая и специфическая выносливость. Информативность и надежность тестов при контроле за общей и специфической выносливостью. Метрологическая характеристика различных видов выносливости. Соотношения между выносливостью, силой и быстротой.

Контроль точности двигательных действий. Методы оценки точности. Индивидуальные особенности проявления точности и сочетания быстроты и точности двигательных действий. Тесты для оценки и контроля точности и сочетания быстроты и точности.

Контроль гибкости. Пассивная и активная гибкость. Методы измерения. Проблема выбора информативных и надежных тестов.

### **Тема 2.4. Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок.**

*Лекция.* Метрологические требования к контролю тренировочных нагрузок. Основные характеристики нагрузок: специализированность, направленность, величина и сложность.

*Практические занятия.* Надежность и информативность показателей нагрузки. Особенности измерений нагрузок в процессе оперативного, текущего

и этапного контроля. Понятие о соревновательной нагрузке и нагрузки соревновательного упражнения.

*Самостоятельная работа.* Определение внешней и внутренней нагрузки в своем виде спорта; педагогические и физиологические показатели нагрузки.

**Тема 2.5. Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности.**

*Практические занятия.* Показатели технического мастерства спортсменов: объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники.

Количественные характеристики объема и разносторонности техники. Измерение соревновательных и тренировочных объемов техники. Измерение соревновательной и тренировочной разносторонности техники.

Контроль эффективности техники. Разновидности оценок эффективности техники: абсолютная эффективность, сравнительная эффективность, реализационная эффективность. Показатели абсолютной эффективности техники. Дискриминативные признаки как показатели сравнительной эффективности. Использование метода регрессионных остатков для оценки реализационной эффективности техники.

Освоенность, стабильность и устойчивость техники. Вариативность характеристик. Влияние на устойчивость утомления и сбивающих факторов.

*Самостоятельная работа.* Выявить критерии оценки тактического мастерства в своем виде спорта.

***Тема 2.6. Метрологические основы отбора в спорте.***

*Лекция.* Метрологические основы прогноза в спорте. Методы прогнозирования: Экспертиза для развития методики тренировки. Метод экстраполяции при прогнозировании высших спортивных достижений. Определение силы наследственных влияний и взаимосвязи ювенильных и дефинитивных признаков для прогнозирования спортивной одаренности.

*Практические занятия.* Основные направления отбора: спортивная специализация, комплектования команды, отбор в сборные команды. Модельные характеристики и их роль в отборе. Выбор количественных

модельных характеристик, их обоснование. Характеристики групповых и индивидуальных моделей подготовленности спортсменов.

*Самостоятельная работа.* Определить основные метрологические подходы в прогнозировании спортивных достижений и факторов, их определяющих.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

### ***Примерный перечень вопросов к экзамену***

1. Спортивная тренировка как процесс управления. Понятие об управлении и комплексном контроле.

2. Понятие об измерении. Шкалы измерений (номинальная, порядка, интервалов и отношений). Привести примеры использования разных шкал измерений в своем виде спорта.

3. Точность измерений. Систематические, случайные, абсолютные и относительные ошибки измерений.

4. Основные понятия теории тестов. Требования к организации и проведению тестирования.

5. Виды надежности тестов и способы ее оценки. Статистические методы оценки надежности тестов.

6. Логическая и эмпирическая информативность тестов. Оценка информативности тестов при наличии и отсутствии единичного критерия информативности.

7. Основные понятия теории оценок. Шкалы оценок (пропорциональные, прогрессирующие, регрессирующие и S-образная).

8. Разновидности норм (сопоставительные, индивидуальные и должные) и их пригодность (релевантность, репрезентативность и современность).

9.Основные понятия квалиметрии. Метод экспертных оценок (опрос и анкетирование).

10.Контроль соревновательной деятельности. Особенности регистрации и метрологической оценки показателей соревновательной деятельности в различных видах спорта (циклические, ациклические, игровые, единоборства и т.п.).

11.Контроль технической и тактической подготовленности спортсменов. Метрологическая оценка показателей технико-тактического мастерства (объем, разносторонность, эффективность и освоенность техники и тактики).

12.Контроль физического состояния спортсменов (телосложение и состав тела, состояние здоровья и уровень развития двигательных качеств).

13.Контроль силовых качеств спортсмена. Метрологическая оценка основных, интегральных и дифференциальных показателей силы.

14.Контроль скоростных качеств спортсмена. Метрологическая оценка показателей элементарных форм проявления быстроты.

15.Контроль уровня развития выносливости. Разновидности показателей выносливости спортсменов и их метрологическая оценка.

16.Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

17.Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки. Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

18.Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

19.Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

20.Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

21.Методика контроля активной и пассивной гибкости. Линейные и угловые показатели гибкости, их преимущества и недостатки.

22.Метрологические особенности контроля за основными факторами,

влияющими на гибкость.

23.Возрастные изменения показателей пассивной и активной гибкости и их информативность.

24.Влияние наследственных факторов на гибкость и метрологические основы отбора юных спортсменов по этому показателю.

25.Понятие о специализированности, сложности, направленности и величине нагрузки.

26.Метрологическая оценка тренировочных и соревновательных нагрузок в различных видах спорта.

27.Метрологические основы отбора в спорте. Прогнозирование в отборе и подготовке спортсменов. Определение модельных характеристик спортсменов.

28.Состояние спортсмена и разновидности контроля (этапный, текущий и оперативный контроль).

29.Особенности метрологической проверки тестов, предназначенных для оценки этапного, текущего и оперативного состояния спортсменов.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Годик, М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры / М.А.Годик. – М.: ФиС, 1988.

2. Гмурман, В.Е.. Теория вероятностей и математическая статистика / В.Е. Гмурман. – М.: Высшая школа, 2000.

3. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры / Под ред. В.М. Зациорского. – М.: ФиС, 1982.

4. Коренберг, В.Б. Спортивная метрология: учебник для студентов / В.Б. Коренберг. – Малаховка, 2008.

5. Начинская, С.В. Спортивная метрология / Начинская С.В. Учеб. пособие для студ. высш. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 240 с.

6. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология/ Смирнов Ю.И., Полевщиков М.М. Учебник для студ. пед. вузов. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.

б)Дополнительная литература:

1. Годик, М.А. Контроль нагрузок в спорте: лекция для студентов-заочников / М.А. Годик. – М.: ГЦОЛИФК, 1978.

2. Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы и методика проведения контроля технической подготовки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: СпортАкадемПресс, 2000.

3. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б.Х. Ланда– учеб. пособие – 4-е изд. испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2008.- 244с.

4. Коренберг, В.Б. Спортивная метрология : слов.–справ / В.Б. Коренберг– М.: Сов.спорт, 2004.

5. Начинская, С.В. Применение статистических методов в сфере физической культуры / С.В. Начинская. – СПб., 2000.

6. Начинская, С.В. Спортивная метрология : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / С.В. Начинская. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2012. - 239 с.: табл.

в)Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed>
2. <http://medline.ru>
3. <https://elibrary.ru>
4. <http://lms.sportedu.ru>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.

- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Спортивная метрология» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1–6 группы направления подготовки/ специальности Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка очной и заочной формам обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5/6 семестр

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	РГР № 1	2 неделя	10
2	РГР № 2	4	10
3	РГР № 3	6	10
4	РГР № 4	12	10
5	Опрос по теме «Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения»	5	10
6	Опрос по теме «Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов»	14	10
7	Посещение занятий	В течение семестра	10
	<b>экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	РГР № 1	10
2	РГР № 2	10
3	РГР № 3	10
4	РГР № 4	10
5	Написание реферата по теме «Метрологические основы отбора в спорте»	15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт ИСиФВ**

**Кафедра биомеханики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.10 «Спортивная метрология»»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): спортивная подготовка  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетных единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 5.

**Цель освоения дисциплины (модуля):** Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-спортивных областях.

Формирование системы знаний, навыков и умений в области измерений и контроля в спорте, необходимых будущему тренеру и преподавателю физической культуры

**3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-1</b>	<i>Знать:</i> анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности;	5		6
	<i>Уметь:</i> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
	<i>Владеть:</i> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.			
<b>ПК-5</b>	<i>Знать:</i> - психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся.	5		6
	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в			

	различные периоды возрастного развития. - применять средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей.			
	<i>Владеть:</i> методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся; - комплексом средств и методов двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся с учетом их пола и возраста, индивидуальных особенностей			
<b>ПК-30</b>	<i>Знать:</i> принципы организации научного исследования; - основы научного поиска, обработки и систематизации данных.	5		6
	<i>Уметь:</i> - проводить научно-обоснованную оценку имеющихся результатов;			
	<i>Владеть:</i> опытом научного анализа и применения научных данных в практической деятельности.			

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Спортивная метрология»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часов.

#### очная форма обучения 1 поток

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</b>	5					
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)		2	2			
1.2.	Основы теории измерений		2	2			
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			4			
1.4.	Основы теории тестов		2	2			
1.5.	Основы теории оценок		2	2			

1.6.	Количественная оценка качественных показателей			4			
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>8</b>	<b>16</b>			
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля		2	2			
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		2	4			
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			2			
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок		2	2			
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности			4			
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте		2	2			
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Основы теории комплексного контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>40</b>		
1.1.	Теоретические основы спортивной метрологии (содержание и методы исследования)				8		
1.2.	Основы теории измерений		1		6		
1.3.	Прикладные аспекты методов статистической обработки и анализа материалов комплексного контроля и область их применения			1	6		

1.4.	Основы теории тестов		<b>1</b>		<b>8</b>		
1.5.	Основы теории оценок			<b>1</b>	<b>6</b>		
1.6.	Количественная оценка качественных показателей				<b>6</b>		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Метрологические основы контроля в физическом воспитании и спорте</i></b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>49</b>		
2.1.	Состояние спортсмена и разновидности контроля			<b>1</b>	<b>10</b>		
2.2.	Метрологические основы контроля соревновательной деятельности		<b>1</b>		<b>8</b>		
2.3.	Метрологические основы контроля физической подготовленности спортсменов			<b>1</b>	<b>7</b>		
2.4.	Метрологические основы контроля тренировочных нагрузок			<b>1</b>	<b>8</b>		
2.5.	Метрологические основы контроля технической и тактической подготовленности		<b>1</b>		<b>8</b>		
2.6.	Метрологические основы отбора в спорте			<b>1</b>	<b>8</b>		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



Гуманитарный институт

Кафедра психологии

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.В.ОД.11.1 Психология физической культуры»**

Направление подготовки:  
49.03.01 «Физическая культура»  
Профиль подготовки: «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная (ускоренное обучение на базе СПО) и заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2015г

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного института  
Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры психологии  
Протокол № 34 от «24» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры психологии  
Протокол № 33 от «17» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания  
кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Шумова Наталия Сергеевна, к.псих.н., доцент кафедры психологии  
РГУФКСМиТ

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины «Психология физической культуры»

Цель освоения дисциплины «Психология физической культуры» - формирование базовых представлений о закономерностях проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физической культуры (физического воспитания) и спорта, рассмотрение факторов, влияющих на успешность спортивной деятельности, в том числе в зависимости от вида спорта.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология физической культуры » относится к обязательным дисциплинам вариативной части профессионального (базового) цикла рабочей учебной программы (Б1.В.ОД.11.1) для набора 2015 года.

Изучение данной дисциплины позволит раскрыть возможности применения в практике спорта теоретических знаний о закономерностях проявления и развития психики в специфических условиях спортивной деятельности для формирования личности, сознания, деятельности, межличностных отношений.

Изучение курса «Психология физической культуры » следует за изучением таких дисциплин, как «Теория и методика ФК», «Психология».

Прохождение данной дисциплины необходимо как предшествующее для изучения отдельных разделов дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта». Данная дисциплина является одним из элементов подготовки к прохождению преддипломной практики.

Итогом изучения данной дисциплины является оценка сформированности компетенций, указанных в пункте 3, при прохождении государственной итоговой аттестации.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (№ семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма	Заочная форма
1	3	5	6	7
ОПК-1	<b>Знать:</b> - совокупность последовательных морфологических, физиологических и биохимических преобразований, претерпеваемых организмом в процессе индивидуального развития человека; - анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности; - характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на	1(5 сем)		1(5 сем)

	организм человека с учетом пола и возраста.			
	<b>Уметь:</b> анализировать характер влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.	2(5 сем)		2(5 сем)
	<b>Владеть:</b> навыками определения характера влияния физкультурно-спортивной деятельности на организм человека с учетом пола и возраста.	3(5 сем)		3(5 сем)
ОПК-12	<b>Знать:</b> - историю ФКиС, ТФК и теорию спорта; - накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности; - методики оценки личностных характеристик обучающихся; - методики воспитания патриотизма; профилактики девиантного поведения; формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.	1(5 сем)		1(5 сем)
	<b>Уметь:</b> использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности обучающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.	2(5 сем)		2(5 сем)
	<b>Владеть:</b> навыками воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.	3(5 сем)		3(5 сем)
ПК-8	<b>Знать:</b> - истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки; - медико-биологические и психологические основы и технологии тренировки в избранном виде спорта; - санитарно-гигиенические нормы и требования при осуществлении деятельности в сфере физической культуры и спорта.	1(5 сем)		1(5 сем)
	<b>Уметь:</b> - использовать на занятиях избранным видом спорта знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основ тренировки; - соблюдать санитарно-гигиенических нормы и требования в профессиональной деятельности.	2(5 сем)		2(5 сем)
	<b>Владеть:</b> - умениями осуществлять тренерскую деятельность в избранном виде спорта с учетом теоретико-методических, медико-биологических и психологических основ спортивной тренировки; - современными технологиями тренировки в избранном виде спорта; - умениями соблюдать санитарно-гигиенические нормы и требования, предъявляемые к физкультурно-спортивной деятельности.	3(5 сем)		3(5 сем)

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Психология физической культуры»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения – 5 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежуточно й атт-и (по семес трам )
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	5	2	2	4		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	5	2	2	4		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	5	2	2	4		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	5		2	4		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	5	2	2	4		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	5		2	4		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	5	2	2	4		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	5		2	2		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	5	2	2	2		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	5		2	2		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	5		2	2		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	5	2	2	2		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	5		2	2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	5		2	2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	5		2	2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	5		2	2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	5	2	2	2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>58</b>	<b>Диф.</b>	

**Очная форма обучения (ускоренная) – 3 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форм а пром ежут очно й атт-и (по семес трам )
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	3	2	2	4		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	3	2	2	4		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	3	2	2	4		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	3		2	4		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	3	2	2	4		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	3		2	4		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	3	2	2	4		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	3		2	2		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	3	2	2	2		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	3		2	2		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	3		2	2		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	3	2	2	2		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	3		2	2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	3		2	2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	3		2	2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	3		2	2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	3	2	2	2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>16</b>	<b>34</b>	<b>58</b>	<b>Диф.</b>	

**Заочная форма обучения – 5 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежуто чной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	5	2		8		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	5	2		8		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	5		2	8		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	5		2	8		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	5		2	8		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	5			8		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	5			8		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	5			8		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	5			8		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	5			8		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	5			4		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	5			4		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	5			2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	5			2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	5			2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	5			2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	5			2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>98</b>		<b>Диф.зачет</b>

**Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО) – 3 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежудо чной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	3	2		8		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	3	2		8		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	3		2	8		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	3		2	8		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	3		2	8		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	3			8		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	3			8		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	3			8		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	3			8		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	3			8		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	3			4		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	3			4		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	3			2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	3			2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	3			2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	3			2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	3			2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>98</b>	<b>Диф.зачет</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Психология физической культуры».

### **Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине для студентов очной и заочной форм обучения в 5 семестре**

1. Психология физической культуры и спорта как учебная дисциплина: цель и предмет изучения.
2. Психология спорта как прикладная отрасль научного знания.
3. Схожие и отличительные черты психологии физической культуры и психологии спорта.
4. Задачи психологии физической культуры.
5. Задачи психологии спорта.
6. История психологии спорта: возникновение, образование, учёные.
7. Значение психологических знаний для спортивной практики и физической культуры в целом.
8. Основы развития внимания занимающихся физической культурой и спортом и способы поддержания его устойчивости.
9. Психологические особенности мыслительной деятельности учащихся во время занятий физкультурой.
10. Роль и развитие когнитивных процессов в процессе занятий физическими упражнениями.
11. Роль двигательной памяти учащихся в процессе занятий физическими упражнениями.
12. Факторы повышения активности учащихся на занятиях физической культурой.
13. Деятельность тренера.
14. Индивидуальный стиль деятельности тренера.
15. Типы индивидуального стиля деятельности тренера (организационно-коммуникативный, организаторский, коммуникативный) и их признаки.
16. Профессиональные способности и умения тренера.
17. Общие педагогические и специальные требования к личности тренера.
18. Авторитет тренера.
19. Особенности «тренера-творца».
20. Ученик как субъект учебной деятельности.
21. Мотивационная сфера учащихся и её возрастные особенности.
22. Эмоциональная сфера учащихся и её возрастные особенности.
23. Самосознание и самооценка учащихся.
24. Волевая сфера учащихся.
25. Методы изучения личности учащихся.
26. Психологическая систематика видов спорта.
27. Психологическая характеристика физических качеств спортсмена.
28. Психологическое понимание двигательных навыков и особенности их формирования. Стадии формирования двигательных навыков у спортсменов.
29. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных действий.
30. Роль представлений в управлении движениями.

31. Реакция в спорте.
32. Психологическое напряжение и перенапряжение в спортивной деятельности
33. Общие признаки перенапряжения. Специальные признаки состояния нервозности, прочной стеничности и астеничности.
34. Предстартовые психические состояния.
35. Экстремальные ситуации как фактор снижения результативности в спортивной деятельности.
36. Психологические основы обучения и спортивного совершенствования в спорте.
37. Психологические основы физической подготовки спортсменов.
38. Психологические основы технической подготовки спортсменов.
39. Психологические основы тактической подготовки спортсменов.
40. Тактическое мышление спортсмена.
41. Основы планирования тактических действий в спортивной практике.
42. Антиципации в спорте.
43. Моделирование как метод организационной подготовки спортсменов.
44. Личность спортсмена: формирование и развитие.
45. Методы изучения личности спортсмена. Карта личности спортсмена как основной метод исследования особенностей личности.
46. Психологическая характеристика спортивных групп.
47. Социально-психологический климат и его значение в спорте.
48. Особенности взаимоотношений в системе «тренер-спортсмен».
49. Особенности взаимоотношений в системе «спортсмен-спортсмен».
50. Мотивы спортивной деятельности.
51. Диагностика в спорте.
52. Отбор в спортивной практике.
53. Психологические особенности соревнования.
54. Психологические особенности тренировочного занятия.
55. Общая психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям.
56. Специальная психологическая подготовка к соревнованиям.
57. Основы планирования психологической подготовки спортсменов к соревнованиям.
58. Психологический анализ тренировочного занятия: сущность, этапы, содержание и значение.
59. Методы психорегуляции в спорте и их значение.
60. Методы психогигиены в спорте и их значение.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

### а) Основная литература:

1. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для студентов учреждений высш. образования, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование", профиль "Физ. культура" / под ред.: А.В. Родионова, В.А. Родионова. - М.: Academia, 2016. - 319 с.: ил. [253292](#)
2. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 351 с.: ил. [253285](#)
3. Гаврилова Е.А. Спорт, стресс, вариабельность : монография / Е.А. Гаврилова. - М.: Спорт, 2015. - 167 с.: ил. [247096](#)
4. Москвин В.А. Индивидуальные различия в спортивной психологии : хрестоматия / Москвин В.А., Москвина Н.В., Шумова Н.С. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015. - 131 с.: табл. [246884](#)

### б) Дополнительная литература:

5. Попов А.Л. Спортивная психология [Электронный ресурс]: Учебное пособие для физкультурных вузов/А.Л.Попов. – 4-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2013. – 159 с.
6. Андреева А.Д. Бабушкин Г.Д. Психология - спорту : Научно-попул. изд. для учащихся спортивно-педагог. кл. и студентов физкультур, учеб. заведений / Бабушкин Г.Д., Смоленцева В.Н.; СибГАФК. - Омск, 1998.
7. Гогонов Е.Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по спец. "Физ. культура и спорт": рек. м-вом образования РФ / Е.Н.Гогонов, Б.И. Мартыанов. - 2-е изд., дораб. - М.: АСАЕМ1А, 2004.
8. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 032100 - Физ. культура : рек. Умо по образованию в обл. физ. к-льтуры и спорта / Г.Д. Горбунов. - [2-е изд., перераб. и доп.]. - М.: Сов. спорт, 2006.
9. Григорьянц И.А. Психические состояния у спортсменов, их диагностика и регуляция : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по спец. 022300 - Физ. культура и спорт: рек. умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: Флинта: Наука, 2004.
10. Ильин Е.П. Психология физического воспитания : Учеб. для ин-тов и фак. физ. культуры / РГПУ им. А. И. Герцена. - 2-е изд., испр. и доп. – СПб., 2000.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:  
<http://elibrary.ru>; <http://azps.ru>; <http://koob.ru>; <http://www.ht.ru>; <http://www.imaton.ru>;  
<http://ihtik.lib.ru>; <http://vsetesti.ru>.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
5. Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Освоение дисциплины «Психология физической культуры» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Психология физической культуры» для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса очной и заочной форм обучения, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка».

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: психологии.

Сроки изучения дисциплины «Психология физической культуры» 5 семестр на очной и заочной формах обучения;

Форма промежуточной аттестации:  
для очной и заочной форм обучения – дифференцированный зачет.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения*	Макс. кол-во баллов**
1	<p>Рукописный реферат по теме одной из лекций</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта</li> <li>2. Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры</li> <li>3. Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов</li> <li>4. Психология личности спортсмена</li> <li>5. Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп</li> <li>6. Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом</li> <li>7. Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности</li> <li>8. Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры</li> </ol>	1.09-4.01	10 баллов за рефераты
2	<p>Тестирование и освоение методики</p> <p><b>Тема 1. Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта.</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наблюдение (Р.Ф. Бейлз в модификации М. Битяновой).</li> </ol> <p><b>Тема 2. Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Самооценка личности.</li> <li>3. Методика оценки самооффективности.</li> </ol> <p><b>Тема 3. Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Профессиональные склонности.</li> <li>5. Профиль внимания по Найдифферу.</li> <li>6. Методика Мира-и-Лопеца (миокинетической психодиагностики).</li> <li>7. Познавательные психические процессы (ощущение и восприятие) в деятельности («Специфика восприятия формы предметов»).</li> </ol> <p><b>Тема 4. Психология личности спортсмена</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. Самооценка тревожности.</li> </ol>	1.09-4.01	40 баллов за освоение методик

	9. Волевые качества личности. 10. Эмоциональная устойчивость. 11. Характерологический опросник (Леонгарда-Шмишека) взрослый вариант. 12. Темперамент (экстра-интроверсия и нейротизм). 13. Теппинг-тест. 14. Уровень притязаний. 15. Методика изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга. 16. Моторная проба Шварцландера. <b>Тема 5. Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп</b> 17. Атмосфера в группе. 18. Каузометрия. 19. Отношения тренер-спортсмен.		
3	Итоговый тест по дисциплине	1.09-	20
4	Посещение занятий	4.01	10
5	<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>20</b>
6	<b>ИТОГО</b>		<b>100</b>

\*в соответствии с календарным учебным графиком

\*\*примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Макс. кол-во баллов
1	Рукописный реферат по теме одной из лекций 1. Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта 2. Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры 3. Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов 4. Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп 5. Социальная психология физкультурных и спортивных групп 6. Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом 7. Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности 8. Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	1.09-4.01	10 баллов за рефераты
2	Тестирование и освоение методики <b>Тема 1. Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта.</b> 1. Наблюдение (Р.Ф. Бейлз в модификации М. Битяновой). <b>Тема 2. Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры</b> 2. Самооценка личности. 3. Методика оценки самоэффективности. <b>Тема 3. Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов</b> 4. Профессиональные склонности. 5. Профиль внимания по Найдифферу. 6. Методика Мира-и-Лопеца (миокинетической психодиагностики). 7. Познавательные психические процессы (ощущение и восприятие) в	1.09-4.01	40 баллов за освоение методик

	деятельности («Специфика восприятия формы предметов») <b>Тема 4. Психология личности спортсмена</b> 8. Самооценка тревожности. 9. Волевые качества личности. 10. Эмоциональная устойчивость. 11. Характерологический опросник (Леонгарда-Шмишека) взрослый вариант. 12. Темперамент (экстра-интроверсия и нейротизм). 13. Теппинг-тест. 14. Уровень притязаний. 15. Методика изучения фрустрационных реакций С. Розенцвейга. 16. Моторная проба Шварцландера. <b>Тема 5. Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп</b> 17. Атмосфера в группе. 18. Каузометрия. 19. Отношения тренер-спортсмен.		
3	Итоговый тест по дисциплине	1.09-4.01	20
4	<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>90</b>

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся дифференцированным зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный институт**

**Кафедра Психологии**

**АННОТАЦИЯ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.11.1 Психология физической культуры»**

Направление подготовки:

49.03.01 «Физическая культура»

Профиль подготовки: «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная (ускоренная) и заочная, заочная (ускоренная)*

Год набора 2015г

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 3 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 5 семестр на очной и заочной формах обучения.

**3.Цель освоения дисциплины «Психология физической культуры»** - формирование базовых представлений о особенностях развития психики детей и подростков, занимающихся спортом, взаимодействии юных спортсменов между собой, с тренером, психологом и родителями, рассмотрение факторов, влияющих на успешность их спортивной деятельности, в том числе в зависимости от вида спорта.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Психология физической культуры»:**

**ОПК-1**-способность определять анатомо-морфологические, физиологические, биохимические, биомеханические, психологические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер её влияния на организм человека с учетом пола и возраста;

**ОПК-12** - способность использовать накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях физической культурой.

**ПК-8** – способность использовать знания об истоках и эволюции формирования теории спортивной тренировки, медико-биологических и психологических основах и технологии тренировки в избранном виде спорта, санитарно-гигиенических основах деятельности в сфере физической культуры и спорта.

**5.Краткое содержание дисциплины**

**Очная форма обучения – 5 семестр**

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежуточ- ной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	5	2	2	4		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	5	2	2	4		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	5	2	2	4		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	5		2	4		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	5	2	2	4		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	5		2	4		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	5	2	2	4		

<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	5		2	2		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	5	2	2	2		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	5		2	2		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	5		2	2		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	5	2	2	2		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	5		2	2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	5		2	2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	5		2	2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	5		2	2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	5	2	2	2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>58</b>	<b>Диф.</b>

### Очная форма обучения (ускоренная) – 3 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежуточно й атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарског о типа	Самостоятел ьная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	3	2	2	4		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	3	2	2	4		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	3	2	2	4		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	3		2	4		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	3	2	2	4		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	3		2	4		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	3	2	2	4		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	3		2	2		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в	3	2	2	2		

спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов						
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	3		2	2		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	3		2	2		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	3	2	2	2		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	3		2	2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	3		2	2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	3		2	2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	3		2	2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	3	2	2	2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>58</b>	<b>Диф.</b>

### Заочная форма обучения – 5 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежуто чной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	5	2		8		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	5	2		8		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	5		2	8		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	5		2	8		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	5		2	8		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	5			8		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	5			8		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	5			8		
<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий	5			8		

физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов						
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	5			8		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	5			4		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	5			4		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	5			2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	5			2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	5			2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	5			2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	5			2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>98</b>		<b>Диф.зачет</b>

### Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО) – 3 семестр

Наименование тем и разделов	Семестр	Виды учебной раб., вкл. самост-ю раб., обуч-ся в соотв-и с учеб-м пл-м (в академич-х час.)				Форма промежудо чной атт-и (по семестрам)
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>Тема 1.</b> Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки. Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта	3	2		8		
<b>Тема 2.</b> Психологическая характеристика деятельности и личности спортивного тренера и учителя физической культуры	3	2		8		
<b>Тема 3.</b> Психологические особенности учебно-тренировочной и соревновательной деятельности учащихся и спортсменов	3		2	8		
<b>Тема 3.1</b> Психологические особенности двигательных навыков и процесса их формирования. Двигательные ощущения как основа саморегуляции моторных навыков	3		2	8		
<b>Тема 4.</b> Психология личности спортсмена	3		2	8		
<b>Тема 4.1</b> Индивидуальный стиль и успешность соревновательной деятельности	3			8		
<b>Тема 5.</b> Социально-психологические особенности физкультурных и спортивных групп	3			8		
<b>Тема 5.1</b> Лидерство в спортивной группе. Стили лидерства. Аутсайдеры	3			8		

<b>Тема 6.</b> Психологические особенности общения в процессе занятий физической культурой и спортом. Основные функции общения в спорте по Ю.Л. Ханину. Ситуационная установка у спортсменов	3			8		
<b>Тема 6.1</b> Конфликты и сотрудничество в спортивной деятельности	3			8		
<b>Тема 6.2</b> Функции сознания в физическом воспитании и спорте	3			4		
<b>Тема 7.</b> Психологическое обеспечение физкультурной и спортивной деятельности	3			4		
<b>Тема 7.1</b> Психологические основы диагностики в спорте	3			2		
<b>Тема 7.2</b> Психологические основы физической, технической и тактической подготовки	3			2		
<b>Тема 7.3</b> Роль психических процессов в спортивной деятельности. Особенности психических состояний, возникающих в процессе занятий физической культурой и спортом	3			2		
<b>Тема 7.4</b> Формирование умений психической саморегуляции на различных этапах спортивного совершенствования. Психотехнические навыки. Профилактика психических перенапряжений. Программы психической реабилитации	3			2		
<b>Тема 8.</b> Психологические основы подготовки к соревнованиям и спортивного совершенствования. Психология спортивной карьеры	3			2		
<b>Всего</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>98</b>		<b>Диф.зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра педагогики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 "Физическая культура"**

(код и наименование)

Направленность (профиль):

**Спортивная подготовка**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная ускоренное обучение на базе СПО  
и заочная ускоренное обучение на базе ВПО*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного института  
Протокол № 8 от «25» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
педагогики  
(наименование)  
Протокол № 22 от «17» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
педагогики  
(наименование)  
Протокол № 19 от «10» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Маркина Татьяна Анатольевна, кандидат педагогических наук  
профессор кафедры педагогики, профессор  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Составитель: Спицына Ирина Алексеевна, старший преподаватель кафедры  
педагогики  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Составитель: Цакаев Сайдамин Шамаевич, преподаватель кафедры педагогики  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** ООП бакалавриата:

- передача и закрепление базовых знаний по педагогике физической культуры и спорта;
- формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе.

Обучение ведётся на русском языке.

## 2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** входит в базовую часть дисциплин (модулей) ООП бакалавриата (программы с присвоением квалификации «академический бакалавр») по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура", профилю подготовки: «Спортивная подготовка », составленной в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Дисциплина **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** логически и содержательно взаимосвязана с такими преподаваемыми студентам учебными дисциплинами, как: «История», «Психология» «Педагогика».

## 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	Очная ускоренная форма обучения	Очно-заочная форма обучения

1	3	5	6	7
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	4		4
	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	4		4
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	4		4
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	4		4
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию	4		4
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	4		4
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	4		4
	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	4		4
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	4		4

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

#### Очная ускоренная форма обучения на базе СПО

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			4	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК		2	8	8		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования			4	4		
4	Раздел 2 Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта		6	6	10		
5	Тема 2.1 Структура и содержание профессионально-		2	2	4		

	педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности						
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога		2	2	4		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности		2	2	2		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность			2	6		
<b>15</b>	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта		2	2	6		

16	Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта		2	4	9		
17	Тема 5.1 Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная ускоренная форма обучения на базе ВПО

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1 Общие и методологи-ческие и интегративные функции педагогики ФК		2	2	18		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	2	10		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования				8		
4	Раздел 2 Специфика деятельности и			2	20		

	<b>требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>						
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности			2	<b>10</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога				6		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности				4		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		2	2	<b>28</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека				6		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	8		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания				6		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности		2		8		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры</b>				<b>8</b>		

	<b>и спорта</b>						
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность				4		
<b>15</b>	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта				4		
<b>16</b>	<b>Раздел 5</b> <b>Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>				5		
<b>17</b>	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры				5		
	<b>Всего:</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>	
<b>108</b>							

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта.
2. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками.

4. Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.
5. Педагогический авторитет и его показатели.
6. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура основные составляющие компоненты.
7. Индивидуальный стиль деятельности педагога.
8. Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере своей специализации).
9. Физкультурная направленность личности педагога и ее составляющие.
10. Педагогическая позиция специалиста в области физической культуры и спорта.
11. Творческая стратегия поведения и деятельности педагога.
12. Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности.
13. Воспитательный потенциал учебно-тренировочного занятия.
14. Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре 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 самовоспитания 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 ограниченными возможностями.

34. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.
35. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
36. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.
37. Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
38. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
39. Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Педагогика физической культуры и спорта: учебник под ред. С.Д. Неверковича. - М.: Издательский центр «Академия», 2010.-336с.
2. Педагогика физической культуры и спорта: учебник под ред. С.Д. Неверковича. - М.: Физическая культура, 2006.-528с.
3. Педагогика физической культуры: учебник /М.В.Прохорова, А.А. Сидоров, Б.Д.Синюхин, А.Г.Семенов.- М.: Из-во «Путь»: ТИД «Альянс», 2006.-288с.

### б) Дополнительная литература:

1. Агеевец В.У. Влияние спорта на воспитание интеллектуальных, нравственных качеств и социальной активности личности / Агеевец В.У., Выдрин В.М.//Спорт в современном обществе. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
2. Ангерлейд С. В поисках успеха (уроки побед). – СПб.: Центр карьеры, 1999.
3. Андриади И.П. Воспитание личности и особенности ее формирования в процессе занятий физической культурой и спортом: Методическая разработка для слушателей курсов иностранных тренеров ГЦОЛИФК. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1998.

### в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

[www.1september.ru](http://www.1september.ru)  
[www.otrok.ru](http://www.otrok.ru)  
[www.psy-analyst.ru](http://www.psy-analyst.ru)  
[www.7ya.ru](http://www.7ya.ru)  
[www.p-lib.ru](http://www.p-lib.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс , включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

### **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся Института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки/ специальности: 49.03.01 "Физическая культура"*

**направленности (профилю) Спортивная подготовка  
очной ускоренной формы обучения на базе СПО**

**I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ  
УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

<b>№</b>	<b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>	<b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>1</sup></b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1.	Контрольная работа №1 по теме: «Общеметодологические и интегративные функции педагогики физической культуры и спорта»	28,29	8
2.	Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности»	30,31	8
3.	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	32	8
4.	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	33	7
5.	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.»	34	8
6.	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	35,36	8
7.	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	37,38	8
8.	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	39, 40	8
9.	Презентация по теме: «Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры и спорта»	41,42	7
10.	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	10
11.	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимально е кол-во баллов</b>
1	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
3	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
4	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
5	Написание реферата по теме :«Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
6	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
7	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки/ специальности: 49.03.01 "Физическая культура" направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной ускоренной формы обучения на базе ВПО*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
<i>1.</i>	Контрольная работа №1 по теме: «Общеметодологические и интегративные функции	8

	педагогике физической культуры и спорта	
2.	Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности»	8
3.	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
4.	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
5.	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
6.	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
7.	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
8.	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8
9.	Презентация по теме: «Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры и спорта»	7
10.	Посещение занятий	10
11.	<b>Экзамен</b>	<b>20</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
3	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
4	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
5	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
6	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
7	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра педагогики**

**АННОТАЦИЯ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 "Физическая культура"**

(код и наименование)

Направленность (профиль):

**Спортивная подготовка**

(наименование)

Форма обучения: *очная ускоренное обучение на базе СПО  
и заочная ускоренное обучение на базе ВПО*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):**

4-ый семестр - очное ускоренное обучение на базе СПО

4-ый семестр – заочное ускоренное обучение на базе ВПО

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):**

Цель освоения дисциплины (модуля) **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** ООП бакалавриата:

- передача и закрепление базовых знаний по педагогике физической культуры и спорта;

- формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе.

Обучение ведётся на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная ускоренная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная ускоренная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	4		4
	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп	4		4

	населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.			
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	4		4
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	4		4
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию	4		4
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	4		4
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	4		4
	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	4		4
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	4		4

### 5.Краткое содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы

**Очная ускоренная форма обучения на базе СПО**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			4	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК		2	8	8		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования			4	4		
4	Раздел 2 Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта		6	6	10		
5	Тема 2.1 Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности		2	2	4		
6	Тема 2.2. Рефлективная структура спортивного педагога		2	2	4		
7	Тема 2.3 Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в		2	2	2		

	системе физкультурно-спортивной деятельности						
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность			2	6		
<b>15</b>	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта		2	2	6		
<b>16</b>	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>9</b>		
<b>17</b>	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## Заочная ускоренная форма обучения на базе ВПО

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			4	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1 Общие и методологи-ческие и интегративные функции педагогики ФК		2	2	18		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	2	10		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования				8		
4	Раздел 2 Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта			2	20		
5	Тема 2.1 Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности			2	10		

6	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога				6		
7	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно- спортивной деятельности				4		
8	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		2	2	28		
9	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека				6		
10	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	8		
11	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания				6		
12	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно- спортивной деятельности		2		8		
13	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>				8		
14	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность				4		
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта				4		
16	<b>Раздел 5</b>				5		

	<b>Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>						
<b>17</b>	<b>Тема 5.1 Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры</b>				<b>5</b>		
	<b>Всего:</b>		<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>108</b>							

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра педагогики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 "Физическая культура"**

(код и наименование)

Направленность (профиль):

**Спортивная подготовка**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Гуманитарного института  
Протокол № 8 от «25» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
педагогика  
(наименование)  
Протокол № 22 от «17» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
педагогика  
(наименование)  
Протокол № 19 от «10» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Маркина Татьяна Анатольевна, кандидат педагогических наук  
профессор кафедры педагогики, профессор  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Составитель: Спицына Ирина Алексеевна, старший преподаватель кафедры  
педагогика  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Составитель: Цакаев Сайдамин Шамаевич, преподаватель кафедры педагогики  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** ООП бакалавриата:

- передача и закрепление базовых знаний по педагогике физической культуры и спорта;
- формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе.

Обучение ведётся на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** входит в базовую часть дисциплин (модулей) ООП бакалавриата (программы с присвоением квалификации «академический бакалавр») по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура", профилю подготовки: «Спортивная подготовка », составленной в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Дисциплина **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** логически и содержательно взаимосвязана с такими преподаваемыми студентам учебными дисциплинами, как: «История», «Психология», «Педагогика».

## **3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

### **1-ЫЙ ПОТОК**

<b>Шифр компетенции</b>	<b>Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)</b>	<b>Этап формирования компетенции (номер семестра)</b>
-------------------------	---	---

	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	6		8
	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	6		8
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	6		8
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	6		8
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию	6		8
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	6		8
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	6		8

	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	6		8
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	6		8

## 2-3-ий й ПОТОК

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	5		8
	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	5		8
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	5		8
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	5		8
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к	5		8

	самосовершенствованию			
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	5		8
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	5		8
	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	5		8
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	5		8

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Очная форма обучения

#### 1-ЫЙ ПОТОК

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			6	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК		2	8	8		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования			4	4		
4	Раздел 2 Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта		6	6	10		

5	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности		2	2	4		
6	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога		2	2	4		
7	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности		2	2	2		
8	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		4	12	10		
9	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
10	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
11	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
12	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
13	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>		2	4	12		
14	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность			2	6		
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы		2	2	6		

	обучения в системе физического воспитания и спорта						
16	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>		2	4	9		
17	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## 2-3-ИЙ ПОТОК

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Л	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	<b>Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК</b>		2	8	8		
2	<b>Тема 1.1</b> Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	<b>Тема 1.2</b> Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования			4	4		
4	<b>Раздел 2</b> <b>Специфика деятельности</b>		6	6	10		

	<b>и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>						
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности		2	2	4		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога		2	2	4		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности		2	2	2		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их			2	6		

	гуманистическая направленность						
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта		2	2	6		
16	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>		2	4	9		
17	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			8	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	<b>Раздел 1 Общие и методологи-ческие и интегративные функции педагогики ФК</b>		2	2	18		
2	<b>Тема 1.1</b> Педагогика ФК как метапредмет		2	2	10		

<b>3</b>	<b>Тема 1.2</b> Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования				8		
<b>4</b>	<b>Раздел 2</b> <b>Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>			<b>2</b>	<b>20</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности			2	<b>10</b>		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога				6		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности				4		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>28</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека				6		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	8		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания				6		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b>		2		8		

	Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности						
13	<b>Раздел 4 Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>				8		
14	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность				4		
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта				4		
16	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>				5		
17	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры				5		
	<b>Всего:</b>		4	6	89	9	Экзамен
108							

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта.
2. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками.
4. Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.
5. Педагогический авторитет и его показатели.
6. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура основные составляющие компоненты.
7. Индивидуальный стиль деятельности педагога.
8. Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере своей специализации).
9. Физкультурная направленность личности педагога и ее составляющие.
10. Педагогическая позиция специалиста в области физической культуры и спорта.
11. Творческая стратегия поведения и деятельности педагога.
12. Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности.
13. Воспитательный потенциал учебно-тренировочного занятия.
14. Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре 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 самовоспитания 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 ограниченными возможностями.
34. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.
- 35.Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
- 36.Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.
- 37.Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
- 38.Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
- 39.Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.

#### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

##### а) Основная литература:

- 1.Педагогика физической культуры и спорта: учебник под ред. С.Д. Неверковича .- М.: Издательский центр «Академия», 2010.-336с.
- 2.Педагогика физической культуры и спорта: учебник под ред. С.Д. Неверковича .- М.: Физическая культура,2006.-528с.
- 3 Педагогика физической культуры: учебник /М.В.Прохорова, А.А. Сидоров, Б.Д.Синюхин, А.Г.Семенов.- М.: Из-во «Путь»: ТИД «Альянс»,2006.-288с.

##### б) Дополнительная литература:

1. Агеевец В.У. Влияние спорта на воспитание интеллектуальных, нравственных качеств и социальной активности личности / Агеевец В.У., Выдрин В.М.//Спорт в современном обществе. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
2. Ангерлейд С. В поисках успеха (уроки побед). – СПб.: Центр карьеры, 1999.
- 3.Андриади И.П. Воспитание личности и особенности ее формирования в процессе занятий физической культурой и спортом: Методическая разработка для слушателей курсов иностранных тренеров ГЦОЛИФК. – М.: РИО ГЦОЛИФК,1998.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

[www.1september.ru](http://www.1september.ru)

[www.otrok.ru](http://www.otrok.ru)

[www.psy-analyst.ru](http://www.psy-analyst.ru)

[www.7ya.ru](http://www.7ya.ru)

[www.p-lib.ru](http://www.p-lib.ru)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса (1-БІЙ ПОТОК)**

**направления подготовки/ специальности: 49.03.01 "Физическая культура"**  
**направленности (профилю) Спортивная подготовка**  
**очной формы обучения**

### І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

### ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1.	Контрольная работа №1 по теме: «Общепедagogические и интегративные функции педагогики физической культуры и спорта»	28,29	8
2.	Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности»	30,31	8
3.	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	32	8
4.	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	33	7
5.	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.»	34	8
6.	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	35,36	8
7.	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	37,38	8
8.	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и	39, 40	8

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	спорта».		
9.	Презентация по теме: «Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры и спорта»	41,42	7
10.	Посещение занятий	В течение семестра	10
11.	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
3	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
4	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
5	Написание реферата по теме :«Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
6	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
7	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине (модулю) Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса (2-3-ИЙ ПОТОК)**

**направления подготовки/ специальности: 49.03.01 "Физическая культура" направленности (профилю) Спортивная подготовка очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup>	Максимальное кол-во баллов
12.	Контрольная работа №1 по теме: «Общесметодологические и интегративные функции педагогики физической культуры и спорта»	9-10	8
13.	Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности»	11	8
14.	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлективная структура спортивного педагога»	12	8
15.	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	13	7
16.	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.»	14	8
17.	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	15	8
18.	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	16	8
19.	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	17	8
20.	Презентация по теме: «Организация, руководство и	18	7

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры и спорта»		
21.	Посещение занятий	<i>В течение семестра</i>	<i>10</i>
22.	<b>Экзамен</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
3	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
4	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
5	Написание реферата по теме :«Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
6	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
7	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
-----------------	-----	-------	-------	-------	-------	--------

Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки/ специальности: 49.03.01 "Физическая культура" направленности (профилю) Спортивная подготовка заочной формы обучения*

### І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр

Форма промежуточной аттестации: *Экзамен*

### ІІ. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1.	Контрольная работа №1 по теме: «Общеметодологические и интегративные функции педагогики физической культуры и спорта»	8
2.	Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности»	8
3.	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
4.	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
5.	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
6.	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
7.	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
8.	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8
9.	Презентация по теме: «Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры и спорта»	7
10.	Посещение занятий	10
11.	<i>Экзамен</i>	<b>20</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»	8
3	Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»	7
4	Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта.	8
5	Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»	8
6	Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».	8
7	Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».	8

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
-------------------------	---	---	---	---	---	---

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра педагогики**

### **АННОТАЦИЯ**

#### **К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

#### **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 "Физическая культура"**

(код и наименование)

Направленность (профиль):

**Спортивная подготовка**

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 3 зачетные единицы

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):**

*5-ый семестр - очная форма обучения (2-3ий поток)*

*6-ой семестр – очная форма обучения (1-ый поток)*

*8-ой семестр – заочная форма обучения*

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):**

Цель освоения дисциплины (модуля) **Б1.В.ОД.11.2 Педагогика физической культуры и спорта** ООП бакалавриата:

- передача и закрепление базовых знаний по педагогике физической культуры и спорта;

- формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе.

Обучение ведётся на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

**1-ЫЙ ПОТОК**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	6		8

	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	6		8
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	6		8
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	6		8
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию	6		8
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	6		8
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	6		8
	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	6		8
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	6		8

## 2-3-ий й ПОТОК

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
------------------	--	--

	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-10</b>				
	<b>Знать:</b> теоретико-методологические основы педагогики физической культуры и спорта, направленные на формирование осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правила ведения здорового образа жизни.	5		8
	<b>Уметь:</b> оперировать педагогическими понятиями, анализировать педагогическую ситуацию в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	5		8
	<b>Владеть:</b> теорией и методами педагогики физической культуры и спорта: понятийным аппаратом в целях формирования осознанного отношения различных групп населения к физкультурно-спортивной деятельности и мотивационно-ценностных ориентаций различных групп населения, правил ведения здорового образа жизни.	5		8
<b>ОПК-12</b>				
	<b>Знать:</b> основные особенности педагогической деятельности специалистов, основных на профессиональных компетенциях	5		8
	<b>Уметь:</b> диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию	5		8
	<b>Владеть:</b> системой умений комплексного решения профессионально-педагогических задач и оценкой её эффективности, приёмами теоретического мышления и творческого подхода к решению профессиональных задач.	5		8
<b>ПК-2</b>				
	<b>Знать:</b> условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса, современные педагогические технологии организации обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде, принципы организации учебно-воспитательного процесса и управления им.	5		8

	<b>Уметь:</b> проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса с целью её решения.	5		8
	<b>Владеть:</b> передовыми педагогическими концепциями обучения детей в процессе физкультурно-спортивной деятельности	5		8

### 5.Краткое содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 **зачетные единицы**, 108 **академических часов**.

**Очная форма обучения**

### 1-ЫЙ ПОТОК

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			6	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
1	Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК		2	8	8		
2	Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования			4	4		
4	Раздел 2 Специфика деятельности		6	6	10		

	<b>и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>						
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности		2	2	4		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога		2	2	4		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности		2	2	2		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их			2	6		

	гуманистическая направленность						
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта		2	2	6		
16	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>		2	4	9		
17	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## 2-3-ий ПОТОК

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК</b>		2	8	8		
2	<b>Тема 1.1</b> Педагогика ФК как метапредмет		2	4	4		
3	<b>Тема 1.2</b> Система сферы физической культуры как объект			4	4		

	проектирования и предмет исследования						
<b>4</b>	<b>Раздел 2</b> <b>Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>		<b>6</b>	<b>6</b>	<b>10</b>		
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности		2	2	4		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога		2	2	4		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности		2	2	2		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>		<b>4</b>	<b>12</b>	<b>10</b>		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека		2	2	2		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	2		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика использования принципов, методов и средств воспитания		2	4	2		
<b>12</b>	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности			4	4		
<b>13</b>	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>12</b>		

	<b>спорта</b>						
<b>14</b>	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность			2	6		
<b>15</b>	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта		2	2	6		
<b>16</b>	<b>Раздел 5 Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>		2	4	9		
<b>17</b>	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры		2	4	9		
	<b>Всего: 108</b>		<b>16</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			∞	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	
<b>1</b>	<b>Раздел 1 Общие и методологи-ческие и интегративные функции педагогики ФК</b>		2	2	18		

<b>2</b>	<b>Тема 1.1</b> Педагогика ФК как метапредмет		2	2	10		
<b>3</b>	<b>Тема 1.2</b> Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования				8		
<b>4</b>	<b>Раздел 2</b> <b>Специфика</b> <b>деятельности и</b> <b>требования к личности</b> <b>специалиста в области</b> <b>физической культуры</b> <b>и спорта</b>			2	20		
<b>5</b>	<b>Тема 2.1</b> Структура и содержание профессионально- педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно- спортивной деятельности			2	10		
<b>6</b>	<b>Тема 2.2.</b> Рефлексивная структура спортивного педагога				6		
<b>7</b>	<b>Тема 2.3</b> Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно- спортивной деятельности				4		
<b>8</b>	<b>Раздел 3</b> <b>Воспитательный</b> <b>потенциал физической</b> <b>культуры и спорта</b>		2	2	28		
<b>9</b>	<b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека				6		
<b>10</b>	<b>Тема 3.2</b> Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой			2	8		
<b>11</b>	<b>Тема 3.3</b> Специфика				6		

	использования принципов, методов и средств воспитания						
12	<b>Тема 3.4</b> Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности		2		8		
13	<b>Раздел 4</b> <b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>				8		
14	<b>Тема 4.1</b> Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность				4		
15	<b>Тема 4.2</b> Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта				4		
16	<b>Раздел 5</b> <b>Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта</b>				5		
17	<b>Тема 5.1</b> Организация, руководство и управление образовательными учреждениями в сфере физической культуры				5		
	<b>Всего:</b> <b>108</b>		<b>4</b>	<b>6</b>	<b>89</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.12.1. МАССАЖ»**

Направление подготовки  
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль  
«Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 55 от «28» апреля 2015г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол № 1 от «29» августа 2016г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол № 1 от «01» сентября 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Бахарева Антонина Андреевна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна, кандидат медицинских наук, профессор кафедры  
спортивной медицины

**1. Цель освоения дисциплины является:** - овладение теоретическими знаниями и практическими умениями в области массажа, формирование целостного понятия и осмысления общих принципов и методических подходов использования массажа в системе физической культуры, спорта, при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа в процессе спортивной деятельности.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП**

Дисциплина «Массаж» относится к профильному циклу вариативной части.

Учебный процесс состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе особое внимание уделяется анатомо-физиологическим особенностям массажа, механизмам действия массажа, гигиеническим основам массажа и классификации массажа.

Основная часть курса составляет: обучение технике и методике проведения приемов классического массажа, массажа различных участков тела; особенностям проведения частных методик гигиенического массажа; частным методикам лечебного массажа; частным методикам спортивного массажа; освоение техники и методики аппаратного массажа: вибро-, пневмо- и гидромассажа. Применение массажа в спортивно-физкультурной деятельности. Сочетание классического массажа с физическими средствами восстановления (ЛФК, физио- и гидротерапией, механотерапией, криомассажем т.д.). Применение кремов, мазей, растирок и масел.

При обучении студентов техники приемов классического массажа проводится ознакомление с точечным, сегментарно-рефлекторным и другими системами и видами массажа. Студенты должны знать не только теоретическую основу дисциплины, но и иметь практические навыки использования сочетания массажа с различными душами, теплыми и холодными ваннами, баней и

другими физическими средствами. Использование банных процедур в качестве гигиенического средства, профилактики заболеваний и сохранения здоровья.

Технику и методику приемов классического массажа, массаж отдельных частей тела и методики сеансов частного массажа студенты осваивают в парах, поочередно занимая место массируемого и массирующего. Это позволяет приобрести более профессиональные навыки и понимание физиологического и физического состояния массируемых частей тела и тканей.

Самостоятельно студенты выполняют задания преподавателей по теоретическим основам массажа и практическим навыкам. Проверка самостоятельной работы студентов по теоретическим основам массажа осуществляется во время опросов на занятиях и при проведении рубежного контроля. Проверка знаний по овладению практическими навыками массажа проводится во время рубежного контроля путем демонстрации техники приемов и частных методик массажа на отдельных участках тела.

Дифференцированный зачет для очной, заочной и заочной ускоренной форм обучения включает вопросы по теоретическим основам и практическую демонстрацию техники и методики массажа.

Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, полученные студентами при изучении таких дисциплин как: анатомия, экология, физиология, биология, биохимия, биомеханика, педагогика, психология, гигиена, спортивная медицина, ТФВ, лечебная физическая культура, физическая реабилитация, дисциплины профессионального и спортивно-педагогического циклов.

Рабочая программа дисциплины «Массаж» имеет трудоемкость равную 3 зачетным единицам (108 часов). Для очной формы обучения: 8 часов – лекции, 48 часов – практические занятия, 52 часа – самостоятельная работа. Для заочной формы обучения: 4 часа – лекции, 8 часов – практические занятия, 96 часа – самостоятельная работа. Для заочной ускоренной формы обучения: 4 часа – лекции, 8 часов – практические занятия, 96 часов – самостоятельная работа.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ПК-12</b>	<p><b>Знать:</b> нормативные значения величины тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- медицинские, возрастные требования к лицам, проходящим подготовку на этапах спортивной подготовки;</li> <li>- причины возникновения травматизма и заболеваний;</li> <li>- средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- средства и методы восстановительных мероприятий с учетом возраста и пола.</li> </ul>	6		6
	<p><b>Уметь:</b> - применять значение величины тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся;</li> <li>- использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- организовать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола;</li> <li>- применять методику спортивного массажа.</li> </ul>	6		6
	<p><b>Владеть:</b>- навыками профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- способностью методики спортивного массажа, средствами и методами восстановления и реабилитации после травм и повреждений;</li> <li>- навыками построения восстановительных мероприятий (циклов), совместно с медицинским персоналом.</li> </ul>	6		6
<b>ПК-13</b>	<p><b>Знать:</b> - содержание и организацию педагогического контроля в избранном виде спорта</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальные технологии управления состоянием спортсмена.</li> </ul>			6
	<p><b>Уметь:</b> - находить организованные решения для коррекции</p>			6

	<i>состояния занимающихся.</i>			
	<b>Владеть:</b> - способностью использовать актуальные для избранного вида спорта технологии управления состоянием человека, включая педагогический контроль и коррекцию.			6
<b>ПК-17</b>	<b>Знать:</b> - основные приемы рекреационной деятельности; - виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся.	6		6
	<b>Уметь:</b> - применять методы и средства сбора информации об оздоровительно-рекреативной деятельности; - организовывать планомерное воздействие на трудящихся, в целях приобщения к систематическим занятиям оздоровительной физической культурой; - формировать у занимающихся знания и умения, необходимые для эффективного использования оздоровительной физической культуры в соответствии с состоянием здоровья и потребностями в занятиях.	6		6
	<b>Владеть:</b> - средствами и приемами рекреационно-оздоровительной деятельности для укрепления и коррекции состояния здоровья занимающихся; - навыками контроля и анализа за состоянием здоровья занимающихся.	6		6
<b>ПК-18</b>	<b>Знать:</b> - цель, задачи, основные направления двигательной рекреации с различными группами населения. - основные средства и методы двигательной рекреационной деятельности; - виды, формы занятий в ходе рекреационной двигательной деятельности; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся с учетом их индивидуального психофизического статуса.	6		6
	<b>Уметь:</b> - применять методы и средства сбора информации об оздоровительно-рекреативной деятельности; - организовывать планомерное воздействие на трудящихся, в целях приобщения к систематическим занятиям оздоровительной физической культурой; - формировать у занимающихся знания и умения, необходимые для эффективного использования оздоровительной физической культуры в соответствии с состоянием здоровья и потребностями в занятиях.	6		6
	<b>Владеть:</b> - средствами, методами двигательной рекреации для коррекции состояния здоровья обучающихся; - навыками анализа и контроля за состоянием здоровья	6		6

#### 4. Структура и содержание дисциплины :

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

очная форма обучения 1 поток

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>12</b>		
2	1.1. История развития массажа	5			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	5	2		4		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	5			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	5	2		4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>5</b>		<b>24</b>	<b>14</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	5		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	5		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	5		6	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения	5		2	2		

	сотрясающих приемов						
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	5		4	2		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	5		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	5		2	2		
<b>14</b>	<b>III. Классификация видов классического массажа, формы и методика проведения</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>26</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа)	5		10	4		
16	3.2. Классификация видов массажа	5	4	14	22		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	5	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	5		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	5		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	5		2	2		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	5		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	5		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	5		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых	5		2	2		

	заболеваниях, связанных со спортом						
26	3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения	5			2		
27	3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения	5			2		
28	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта	5			2		
29	3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта	5			2		
30	Дифференцированный зачет	5					
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>48</b>	<b>52</b>		

### очная форма обучения 2 и 3 потоки

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>6</b>	<b>4</b>		<b>12</b>		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6	2		4		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	6			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6	2		4		
6	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>6</b>		<b>24</b>	<b>14</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6		4	2		

8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6		6	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6		2	2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6		4	2		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	6		2	2		
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа, и методика их проведения .</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>26</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа, парного, взаимомассажа)	6		10	4		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	6	4	14	22		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	6	2	6	6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	6		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6		2	2		
21	3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения	6	2	8	8		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного	6		2	2		

	массажа						
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6		2	2		
26	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
27	<b>3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
28	<b>3.3. Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
29	<b>3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
30	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>6</b>					
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>48</b>	<b>52</b>		

### заочная форма обучения

я	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>14</b>		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6			6		
4	1.3. Гигиенические основы	6			2		

	массажа						
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6			4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>6</b>		<b>6</b>	<b>36</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6			6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6			6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6			8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6			4		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6			8		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6			2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	6			2		
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа и методика их проведения</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>46</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа, парного, взаимомассажа)	6		2	10		
16	3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения	6		2	36		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	6			12		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6			4		
19	- особенности частных методик гигиенического	6			4		

	восстановительного массажа						
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6			4		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>			<b>16</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	6			4		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6			4		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6			4		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6			4		
<b>26</b>	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>27</b>	<b>3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>28</b>	<b>3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>29</b>	<b>3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>30</b>	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>6</b>					
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>96</b>		

## заочная ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>14</b>		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6			6		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	6			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6			4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>6</b>		<b>6</b>	<b>34</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6			6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6			6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6			8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6			2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6			8		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6			2		
13	2.7. Физиологическое влияние,	6			2		

	техника и методика проведения ударных приемов						
<b>14</b>	<b>III. Формы и методика проведения сеансов массажа. Классификация видов массажа и методика их проведения</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>48</b>		
<b>15</b>	<b>3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа, парного, взаимомассажа)</b>	<b>6</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		
<b>16</b>	<b>3.2. Классификация видов массажа и методика их проведения</b>	<b>6</b>			<b>34</b>		
<b>17</b>	<b>3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>			<b>6</b>		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6			2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	6			2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6			2		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>			<b>20</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	6			6		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6			4		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6			6		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6			4		
<b>26</b>	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		

27	3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения	6			2		
28	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта	6			2		
29	3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта	6			2		
30	Дифференцированный зачет	6					
Итого часов:			2	10	96		

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

### **Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы.**

1. История возникновения и развития массажа. Значение слова «массаж».

2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа, сыгравших выдающуюся роль в обосновании и развитии массажа.

3. Роль выдающегося ученого – профессора И.М. Саркизова-Серазини в развитии спортивного и лечебного массажа.

4. Роль массажа в массовой физической культуре.

5. Применение массажа в различных сферах деятельности человека.

6. Определение массажа.

7. Массаж как наука.

8. Механизм действия массажа. Характер влияния массажа на организм человека.

9. Физиологические механизмы массажа. Местный и общий физиологический эффект массажа.

10. Рефлекторные реакции, которые возникают при массаже кожи. Влияние массажа на выделительные функции и температуру кожи.

11. Приемы массажа, которые применяются на коже.

12. Влияние массажа на ЦНС.

13. Влияние массажа на периферическую нервную систему.

14. Влияние массажа на рецепторный аппарат мышц.

15. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.

16. Влиянием массажа на восстановление работоспособности мышц.

17. Влияние массажа на кровообращение мышцы.

18. Влияние массажа на мышцы после физической нагрузки при болезненных ощущениях.

19. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии.

20. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д.

21. Влияние тепловых процедур при лечении суставов. Последовательность сочетания массажа и тепловых процедур.

22. Последовательность сочетания электропроцедур и массажа.

23. Роль приема движение в сочетании с другими приемами массажа.

Последовательность применяемых приемов массажа.

24. Влияние массажа на спортивное мастерство.

25. Роль массажа в восстановлении работоспособности суставов.

26. Влияние массажа на центральный аппарат кровообращения.

27. Влияние массажа на лимфатическую систему.

28. Влияние массажа на содержание в крови гемоглобина и эритроцитов.

29. Влияние массажа на кровяное давление.

30. Влияние массажа на работоспособность.

31. Влияние массажа на работу сердца.

32. Влияние массажа на мочеотделение.

33. Влияние массажа на выделение молочной кислоты.
34. Влияние массажа на обмен веществ после выполнения физических упражнений при сочетании массажа с тепловыми процедурами.
35. Влияние массажа на потоотделение при массаже в бане.
36. Влияние массажа на функцию дыхания.
37. Приемы массажа, которые способствуют понижению деятельности дыхательного центра. Рефлекторное действие массажа на дыхание.
38. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.
39. Правила работы массажиста.
40. Роль биомеханических законов в проведении массажа.
41. Показания и противопоказания к массажу.
42. Смазывающие вещества и их применение.
43. Системы массажа и отличия одной системы от другой.
44. Отличие сегментарно-рефлекторного массажа от точечного и классического массажа. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.
45. Методы массажа.
46. Формы массажа и их характеристика.
47. Правила выполнения массажа.
48. Понятие термина «прием» в ручном массаже.
49. Понятие «перпендикулярное» и «продольное» положение по отношению к массируемому участку тела.
50. Виды приемов ручного классического массажа.
51. Принципы деления приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению тела.
52. Обозначение терминов «прием поглаживание» и «прием выжимание». Воздействие этих приемов на ткани организма.
53. Виды отягощений при проведении приемов массажа и особенности выполнения техники.

54. Рефлекторное воздействие на организм приема разминание. Циклы движения руки при проведении приемов: ординарное разминание, «двойной гриф», двойное кольцевое.

55. Воздействие на ткани сотрясающих приемов и рефлекторное влияние на организм.

56. Физиологическое влияние на организм приема растирание. Механическое воздействие приема растирание.

57. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

58. Физиологическое влияние на организм приема движение. Сочетание приема движение с другими приемами массажа. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему. Влияние приема движение на развитие гибкости.

59. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

60. Понятие об «ударных приемах» и особенности применения на участках тела.

61. Понятие о парном массаже и методика проведения.

62. Виды аппаратного массажа и краткая характеристика физиологического воздействия. Сочетание аппаратного массажа и ручного.

63. Использование масел и лекарственных мазей в аппаратном массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.

64. Значение самомассажа в спортивной и лечебной практике, методика проведения по участкам тела, особенности самомассажа в условиях бани.

65. Виды бани и их особенности. Особенности банного (мыльного) массажа.

66. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.

67. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.

68. Понятие о гигиеническом профилактическом массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического профилактического массажа.

69. Понятие о гигиеническом восстановительном массаже. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического восстановительного массажа.

70. Понятие о гигиеническом массаже при различных эмоциональных состояниях. Цель и задачи массажа. Классификация гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях

71. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель и задачи применения лечебного массажа.

72. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.

73. Понятие о спортивном массаже. Цели и задачи спортивного массажа.

74. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.

75. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего. Цель и задачи предварительного массажа.

76. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.

77. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом. Сочетание массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом и тепло - и электропроцедур.

**Примерный перечень вопросов к дифференцированному зачету по всему курсу.**

1. Возникновение и развитие классического массажа.
2. Роль наших соотечественников в развитии и пропаганде массажа.
3. Место массажа в системе физического воспитания и в различных сферах трудовой деятельности.
4. Понятие «физиологический механизм массажа».
5. Рефлекторные реакции, возникающие при массаже кожи.
6. Приемы массажа, применяемые на коже. Физиологическое воздействие

на организм. Виды приемов.

7. Влияние массажа на ЦНС.

8. Прием выжимание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

9. Прием разминание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

10. Влияние массажа на химические процессы в мышцах.

11. Характеристика восстановления работоспособности мышц под влиянием массажа.

12. Влияние массажа на мышцы при затвердениях и атрофии. Приведите пример из спортивной и лечебной практики.

13. Прием растирание. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов. Сочетание приема растирание с другими приемами массажа.

14. Влияние приема движение на нервно-мышечную систему.

15. Влияние массажа на кровоснабжение суставов, сухожилий, связок и т.д. Перечислите применяемые приемы.

16. Значение приема растирание в спортивной и лечебной практике. Роль тепловых процедур в сочетании с приемом растирание.

17. Особенности и последовательность сочетания электропроцедур и массажа.

18. Роль приема движение. Сочетание приема с другими приемами массажа. Последовательность применяемых приемов массажа. Влияние приема движение на развитие гибкости.

19. Правила выполнения приема движение (пассивное, активное и с сопротивлением). Определение направлений движений в суставах.

20. Сотрясающие приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

21. Ударные приемы. Физиологическое воздействие на организм. Виды приемов.

22. Влияние массажа на спортивное мастерство.

23. Роль массажа в восстановлении работоспособности.
24. Влияние массажа на кровяное давление.
25. Влияние массажа на работу сердца.
26. Влияние массажа на мочеотделение. Влияние массажа на выделение молочной кислоты.
27. Влияние сочетания массажа и тепловых процедур на обмен веществ после выполнения физических упражнений.
28. Влияние массажа на функцию дыхания.
29. Гигиенические требования к освещению, температуре воздуха в массажном кабинете. Размеры массажного кабинета.
30. Смазывающие вещества и их применение.
31. Отличия сегментарно-рефлекторного массажа, точечного и классического. Использование приемов классического массажа в сегментарно-рефлекторном массаже.
32. Показания и противопоказания к массажу.
33. Методы массажа. Классификация аппаратного массажа.
34. Формы массажа и их характеристика. Правила выполнения массажа.
35. Виды приемов ручного классического массажа. Принципы разделения приемов массажа на группы по физиологическому воздействию и анатомическому строению.
36. Физиологическое воздействие массажных приемов на организм.
37. Использование масел и лекарственных мазей в механическом массаже. Понятие о баночном массаже. Определение криомассажа.
38. Классификация видов массажа, их краткая характеристика.
39. Виды тренировочного массажа. Цель и задачи тренировочного массажа.
40. Виды спортивного предварительного массажа. Отличие разминочного массажа и согревающего.
41. Цель спортивного восстановительного массажа. Виды восстановительного массажа.

42. Особенности массажа при спортивных повреждениях, травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом.

43. Типы бани и их особенности. Особенности массажа в условиях бани.

44. Понятие о гигиеническом массаже. Физиологическое влияние и цель его применения. Виды гигиенического массажа.

45. Понятие о лечебном массаже. Виды лечебного массажа. Цель применения лечебного массажа.

46. Определение косметического массажа и его применение при занятиях физической культурой и спортом, на производстве и в быту.

### **Решение ситуационных задач**

**5.1. Составление отдельных методик массажа по видам спортивного массажа.** Преподаватель выбирает вид спортивного массажа, обозначает вид спорта и квалификацию подготовленности спортсмена и дает задание по разработке методики спортивного массажа. Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

**5.2. Разработка методики спортивного массажа в избранном виде спорта.** Преподаватель дает задание по разработке методики спортивного массажа в избранном виде спорта. Преподаватель обозначает (квалификацию спортсмена, возраст, пол, тренировочный, соревновательный или восстановительный период). Студенты выполняют данное задание в форме самостоятельной работы дома и демонстрируют его выполнение на занятиях.

**5.3. Составление отдельных методик массажа по видам гигиенического массажа.** Преподаватель обозначает предполагаемый контингент (вид профессиональной деятельности, возраст, пол, психическое состояние человека) и дает задание по разработке методики одного из видов гигиенического массажа. Студенты выполняют данное задание в виде самостоятельной работы (дома) и демонстрируют разработанную методику на практических занятиях.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

а) Основная литература:

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 4-е изд. стер. М.; 2014.

2. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 3-е изд. стер. М.; 2013.

3. Бирюков А.А. Особенности русского классического массажа в различных видах спорта: монография /А.А. Бирюков – М.: Физическая культура, 2008. – 304с.

4. Бирюков А.А. Баня лечит и молодит: монография /А.А. Бирюков. – М.: Физическая культура, 2006. – 240с.

б) Дополнительная литература:

1. Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 2-е изд. стер. М.; 2008.

2. Бирюков А.А. Эргономические и гигиенические основы русской системы классического массажа: метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 032101, 032102: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.А. Бирюков, Д.Н. Савин. - М.: Физ. культура, 2008. - 164 с.: ил.

3. Васичкин В.И. Массаж: Уроки великого мастера / В.И. Васичкин. - М.: АСТ; СПб.: Полигон, [2009]. - 319 с.: ил. + ЭОД.

4. Погосян М.М. Методика применения предварительного массажа в спорте : учеб.-метод. пособие / М.М. Погосян ; Моск. гос. акад. физ. культуры, Каф. спортив. медицины 032101, 032102. - Малаховка, 2008. - 35 с.

5. Фокин В.Н. Полный курс массажа : учеб. пособие / Фокин Валерий Николаевич. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Гранд-фаир, 2002. - 508 с.: ил.

1. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. Электронно-библиотечная система Elibrary - <http://elibrary.ru>

2. <http://www.sport.iatp.org.ua> — здоровье, физкультура, спорт

3. <http://www.breath.ru> — портал здорового образа жизни.

4. Теория и практика физической культуры: Журнал  
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/tpfk](http://lib.sportedu.ru/press/tpfk)

5. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Журнал  
[HTTP://lib.sportedu.ru/press/fkvot](http://lib.sportedu.ru/press/fkvot)

6. Физкультура и спорт: Журнал <http://www.fismag.ru/>

*Отечественные базы данных:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ  
[www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

*Зарубежные базы данных:*

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest  
[www.proquest.com](http://www.proquest.com).

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения обще технологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Мин.спорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		

2.	<p>Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro</p> <p><i>-Microsoft Word</i></p> <p><i>-Microsoft Excel</i></p> <p><i>-Microsoft PowerPoint</i></p> <p><i>-Microsoft Outlook</i></p>	<p>Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Мин.спорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе:</p> <p><i>Редактор текстовый,</i></p> <p><i>Редактор табличный,</i></p> <p><i>Редактор деловой графики и презентаций</i></p> <p><i>Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i></p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

#### Программное обеспечение дисциплины:

- Учебник (Бирюков А.А. Спортивный массаж: Учебник для студентов высших учебных заведений /А.А. Бирюков. – Издательский центр «Академия», 4-е изд. стер. М.; 2014.)
- Аннотация
- Информационная справка
- Методические рекомендации

- Курс лекций
- Фонд оценочных средств
- Глоссарий

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины:**

- массажные аудитории №346 , 344 МБК;
- кушетки;
- раздевалка;
- монитор;
- ноутбук;
- наглядные пособия;
- библиотека, читальный зал с выходом в Интернет

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Массаж» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 1 потока 1,2,3,4,5,6 групп направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка»

очная, заочная, заочная ускоренная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Сроки изучения дисциплины: 5 семестр очная форма обучения.  
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теоретическому материалу № 1: - история развития массажа; - анатомо-физиологическое обоснование массажа; - определение, показания и противопоказания к массажу; - гигиенические требования к массажу - физиологические факторы, влияющие на организм при массаже.	8	8
2	Мини-зачет по практическим навыкам №1: - техника и методика выполнения приемов поглаживание, выжимание.	9	8
3	Мини-зачет по практическим навыкам № 2: - техника и методика выполнения приемов классического массажа.	12	9
4	Опрос по теоретическому материалу № 2: - формы и технология проведения сеансов массажа; - виды массажа и его классификация; - классификация гигиенического массажа; - классификация лечебного массажа; - классификация косметического массажа; - системы массажа.	13	9
5	Мини-зачет по практическим навыкам №3: - техника и частные методики массажа на отдельных участках тела.	16	9
6	Опрос по теоретическому материалу № 3: - классификация спортивного массажа;	17	9

	- классификация тренировочного массажа; - классификация предварительного массажа; - классификация восстановительного массажа; - массаж при спортивных травмах и повреждениях связанных со спортом; - самомассаж.		
8	Посещение занятий	В течение семестра	28
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий	15
3	Тестирование по пропущенным темам	10
4	Тестирование по пропущенным темам	10
5	Презентации по пропущенным темам	15
6		
7		

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачёта/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

---

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Массаж» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 2 потока 7.8.9.10.11.12 групп направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка»

*очная, заочная и заочная ускоренная формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Сроки изучения дисциплины: 6 семестр очная форма обучения  
Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теоретическому материалу № 1: - история развития массажа; - анатомо-физиологическое обоснование массажа; - определение, показания и противопоказания к массажу; - гигиенические требования к массажу - физиологические факторы, влияющие на организм при массаже.	25	8
2	Мини-зачет по практическим навыкам №1: - техника и методика выполнения приемов поглаживание, выжимание.	26	8
3	Мини-зачет по практическим навыкам № 2: - техника и методика выполнения приемов классического массажа.	28	9
4	Опрос по теоретическому материалу № 2: - формы и технология проведения сеансов массажа; - виды массажа и его классификация; - классификация гигиенического массажа; - классификация лечебного массажа; - классификация косметического массажа; - системы массажа.	29	9
5	Мини-зачет по практическим навыкам №3: - техника и частные методики массажа на отдельных участках тела.	32	9

6	<p><i>Опрос по теоретическому материалу № 3:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классификация спортивного массажа;</li> <li>- классификация тренировочного массажа;</li> <li>- классификация предварительного массажа;</li> <li>- классификация восстановительного массажа;</li> <li>- массаж при спортивных травмах и повреждениях связанных со спортом;</li> <li>- самомассаж.</li> </ul>	33	9
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	28
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий</i>	15
3	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
4	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
5	<i>Презентации по пропущенным темам</i>	15
6		
7		

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

---

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Массаж» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 3 потока 13,14,15,16,17 групп направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка»  
очная, заочная и заочная ускоренная формы обучения**

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Сроки изучения дисциплины: 6 семестр очная форма обучения.  
Форма промежуточной аттестации: дифференцированный зачет

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос по теоретическому материалу № 1: - история развития массажа; - анатомо-физиологическое обоснование массажа; - определение, показания и противопоказания к массажу; - гигиенические требования к массажу - физиологические факторы, влияющие на организм при массаже.	36	8
2	Мини-зачет по практическим навыкам №1: - техника и методика выполнения приемов поглаживание, выжимание.	37	8
3	Мини-зачет по практическим навыкам № 2: - техника и методика выполнения приемов классического массажа.	40	9
4	Опрос по теоретическому материалу № 2: - формы и технология проведения сеансов массажа; - виды массажа и его классификация; - классификация гигиенического массажа; - классификация лечебного массажа; - классификация косметического массажа; - системы массажа.	41	9
5	Мини-зачет по практическим навыкам №3: - техника и частные методики массажа на отдельных участках тела.	43	9

6	<p><i>Опрос по теоретическому материалу № 3:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классификация спортивного массажа;</li> <li>- классификация тренировочного массажа;</li> <li>- классификация предварительного массажа;</li> <li>- классификация восстановительного массажа;</li> <li>- массаж при спортивных травмах и повреждениях связанных со спортом;</li> <li>- самомассаж.</li> </ul>	43	9
8	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	28
	<b>зачет</b>		<b>20</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Выполнение практических заданий по ситуационным задачам на темы пропущенных занятий</i>	15
3	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
4	<i>Тестирование по пропущенным темам</i>	10
5	<i>Презентации по пропущенным темам</i>	15
6		
7		

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

---

### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачёта/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

---

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра Физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.12.1. МАССАЖ»**

Направление подготовки  
49.03.01 «Физическая культура»

Профиль  
«Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная, заочная и ускоренная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины** составляет *108 часа* (3 зачетных единицы).

**2. Семестры освоения дисциплины** *5 семестр, 1 поток (очная форма обучения), 6 семестр 2 и 3 потоки (очная форма обучения), 6 семестр (заочная форма обучения), 6 семестр (заочная ускоренная форма обучения).*

**3. Цель освоения дисциплины является:** овладение теоретическими знаниями и практическими умениями в области массажа, формирование целостного понятия и осмысления общих принципов и методических подходов использования массажа в системе физической культуры, спорта, при проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий, а также с лечебно-профилактическими целями и на этой основе научить их навыкам и умениям применения массажа в процессе спортивной деятельности.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине: дифференцированный зачет**

**4. Краткое содержание дисциплины:**  
**Очная форма обучения 1 поток**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>5</b>	<b>4</b>		<b>12</b>		
2	1.1. История развития массажа	5			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	5	2		4		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	5			2		

5	1.4. Системы, методы и формы массажа	5	2		4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>5</b>		<b>24</b>	<b>14</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	5		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	5		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	5		6	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	5		2	2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	5		4	2		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	5		2	2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	5		2	2		
<b>14</b>	<b>III. Классификация видов классического массажа, формы и методика проведения</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>26</b>		
<b>15</b>	<b>3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа)</b>	<b>5</b>		<b>10</b>	<b>4</b>		
<b>16</b>	<b>3.2. Классификация видов массажа</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	<b>22</b>		
<b>17</b>	<b>3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	5		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	5		2	2		

20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	5		2	2		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	5		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	5		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	5		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	5		2	2		
<b>26</b>	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>5</b>			<b>2</b>		
<b>27</b>	<b>3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>5</b>			<b>2</b>		
<b>28</b>	<b>3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта</b>	<b>5</b>			<b>2</b>		
<b>29</b>	<b>3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта</b>	<b>5</b>			<b>2</b>		
<b>30</b>	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>5</b>					
<b>Итого часов:</b>			<b>8</b>	<b>48</b>	<b>52</b>		

**очная форма обучения 2 и 3 потоки**

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>6</b>	<b>4</b>		<b>12</b>		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6	2		4		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	6			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6	2		4		
<b>6</b>	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	<b>6</b>		<b>24</b>	<b>14</b>		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6		4	2		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6		4	2		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6		6	2		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6		2	2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6		4	2		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6		2	2		

13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	6		2	2		
14	<b>III. Классификация видов классического массажа, формы и методика проведения</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>26</b>		
15	<b>3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа)</b>	<b>6</b>		<b>10</b>	<b>4</b>		
16	<b>3.2. Классификация видов массажа</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>14</b>	<b>22</b>		
17	<b>3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6		2	2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	6		2	2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6		2	2		
21	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	6		2	2		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6		2	2		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6		2	2		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6		2	2		
26	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		

27	3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения	6			2		
28	3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта	6			2		
29	3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта	6			2		
30	Дифференцированный зачет	6					
Итого часов:			8	48	52		

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	6	2		14		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6			6		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	6			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6			4		
6	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	6		6	36		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6			6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6			6		

9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6			8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6			4		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6			8		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6			2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	6			2		
<b>14</b>	<b>III. Классификация видов классического массажа, формы и методика проведения</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>46</b>		
15	3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа)	6		2	10		
16	3.2. Классификация видов массажа	6			36		
17	3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения	6			12		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6			4		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	6			4		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6			4		
<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>			<b>16</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	6			4		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6			4		

24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6			4		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6			4		
26	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
27	<b>3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
28	<b>3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
29	<b>3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
30	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>6</b>					
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>96</b>		

### Заочная ускоренная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1</b>	<b>I. История развития классического массажа и теоретические основы массажа</b>	<b>6</b>	<b>2</b>		<b>14</b>		
2	1.1. История развития массажа	6			2		
3	1.2. Анатомо-физиологическое обоснование массажа	6			6		
4	1.3. Гигиенические основы массажа	6			2		
5	1.4. Системы, методы и формы массажа	6			4		

6	<b>II. Приемы классического массажа. Физиологическое влияние, техника и методика их выполнения</b>	6		6	34		
7	2.1. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема поглаживание	6			6		
8	2.2. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема выжимание	6			6		
9	2.3. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема разминание	6			8		
10	2.4. Физиологическое влияние, техника и методика проведения сотрясающих приемов	6			2		
11	2.5. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема растирание	6			8		
12	2.6. Физиологическое влияние, техника и методика проведения приема движение	6			2		
13	2.7. Физиологическое влияние, техника и методика проведения ударных приемов	6			2		
14	<b>III. Классификация видов классического массажа, формы и методика проведения</b>	6	2	2	48		
15	<b>3.1. Методика проведения сеансов частного и общего массажа (самомассажа)</b>	6		2	14		
16	<b>3.2. Классификация видов массажа</b>	6			34		
17	<b>3.3.1. Виды гигиенического массажа и особенности методики проведения</b>	6			6		
18	- особенности частных методик гигиенического профилактического массажа	6			2		
19	- особенности частных методик гигиенического восстановительного массажа	6			2		
20	- особенности частных методик гигиенического массажа при различных эмоциональных состояниях	6			2		

<b>21</b>	<b>3.3.2. Виды спортивного массажа и особенности методики проведения</b>	<b>6</b>			<b>20</b>		
22	-особенности частных методик тренировочного спортивного массажа	6			6		
23	- особенности частных методик предварительного спортивного массажа	6			4		
24	- особенности частных методик восстановительного спортивного массажа	6			6		
25	- особенности частных методик массажа при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом	6			4		
<b>26</b>	<b>3.3.3. Виды лечебного массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>27</b>	<b>3.3.4. Виды косметического массажа и особенности методики их проведения</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>28</b>	<b>3.3.Термогидропроцедуры и массаж в практике спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>29</b>	<b>3.4. Особенности массажа в отдельных видах спорта</b>	<b>6</b>			<b>2</b>		
<b>30</b>	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>6</b>					
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>96</b>		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.В.ОД.12.2 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ»  
МОДУЛЯ «Б1.В.ОД.12.2 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол №55 от «28» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол № 38 от «09» июня 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
Протокол №42 от «09» июня 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Михайлова Марина Геннадьевна - кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры физической реабилитации и оздоровительной физической культуры  
РГУФКСМиТ, Майорникова Светлана Анатольевна - кандидат  
педагогических наук, доцент кафедры физической реабилитации и  
оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ, Новикова Татьяна  
Владимировна - кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической  
реабилитации и оздоровительной физической культуры РГУФКСМиТ

Рецензент:

Золичева Светлана Юрьевна - кандидат медицинских наук, доцент,  
профессор кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Лечебная физическая культура» является формирование методических и практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при различных заболеваниях и травмах; способности разрабатывать методики занятий лечебной физической культурой, также обучение будущих бакалавров использованию полученных знаний в своей практической деятельности при разработке корригирующих, реабилитационных и оздоровительных программ.

Образовательная деятельность по дисциплине «Лечебная физическая культура» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)**

Дисциплина «Лечебная физическая культура» относится к обязательным дисциплинам вариативной части (Б1.В.ОД.12.2) по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», преподается на 3 курсе обучения, в 5 семестре – очная (2, 3 потоки), заочная и заочная ускоренная формы обучения, в 6 семестре – очная (1 поток).

Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения циклов естественнонаучных, общепрофессиональных и специальных дисциплин: «Анатомия человека», «Физиология человека», «Биомеханика двигательной активности», «Теория и методика физической культуры».

Данную учебную дисциплину дополняет параллельное освоение следующих дисциплин: «Педагогика физической культуры», «Заболевания спортсменов», «Кинезиотейпирование в спорте», «Спортивная подготовка лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная (ускор.) форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ПК-12</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся;</li> <li>- использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- применять методики спортивного массажа.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- способностью организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- способностью применять методики спортивного массажа, средствами и методами восстановления и реабилитации после травм/повреждений.</li> </ul>	5, 6	5	5
<b>ПК-13</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виды и методы педагогического контроля и учета его результатов.</li> </ul>	5, 6	5	5
<b>ПК-17</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные приемы рекреационной деятельности;</li> <li>- виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов;</li> <li>- методы контроля за функциональным состоянием занимающихся.</li> </ul>	5, 6	5	5
<b>ПК-18</b>	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности в соответствии с особенностями контингента;</li> <li>- собирать и анализировать информацию о состоянии здоровья обучающихся;</li> <li>- применять различные методы контроля и коррекции функционального состояния обучающихся на основе объективных данных.</li> </ul>	5, 6	5	5
<b>ПК-19</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные понятия, задачи и принципы оздоровительной тренировки;</li> </ul>	5, 6	5	5

	- содержание программ оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния; - базовые компоненты и факторы ЗОЖ.			
	<i>Уметь:</i> - извлекать информацию из различных источников затрагивающих проблемы состояния здоровья занимающихся; - применять весь спектр средств и методов оздоровительной направленности в своей практической деятельности; - конкретизировать проявление оздоровительного эффекта в процессе занятий.	5, 6	5	5
	<i>Владеть:</i> - различными методиками оздоровительной направленности; - навыками разработки и реализации оздоровительных технологий спортивно-рекреационной направленности.	5, 6	5	5

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

Таблица 1

#### Структура и содержание дисциплины «Лечебная физическая культура» очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5, 6	2	4	4		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5, 6	1	8	8		
3	Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5, 6	1	6	6		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ	5, 6	-	6	6		

5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5, 6	1	8	8		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5, 6	1	6	6		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5, 6	2	6	8		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5, 6	-	4	6		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>8</b>	<b>48</b>	<b>52</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

В конце 5 семестра (3 курс, 2 и 3 потоки) и 6 семестра (3 курс, 1 поток) проводится промежуточная аттестация студентов в форме экзамена.

Таблица 2

**Структура и содержание дисциплины  
«Лечебная физическая культура»  
заочная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5	0,5	-	9		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5	0,5	2	12		
3	Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5	0,5	1	12		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при	5	0,5	1	10		

	заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ						
5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5	1	1	12		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5	1	1	12		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5	1	1	12		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5	1	1	8		
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

В 5 семестре (3 курс) проводится промежуточная аттестация студентов в форме экзамена.

Таблица 3

**Структура и содержание дисциплины  
«Лечебная физическая культура»  
заочная ускоренная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5	0,5	-	8		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при	5	0,5	1	8		

	заболеваниях сердечно-сосудистой системы						
3	Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5	-	1	8		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ	5	-	-	8		
5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5	0,5	1	12		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5	0,5	1	8		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5	-	1	8		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5	-	1	4		
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

В 5 семестре (3 курс) проводится промежуточная аттестация студентов в форме экзамена.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине является экзамен.

**Перечень примерных контрольных вопросов для проведения  
промежуточной аттестации (экзамена)**

1. Дайте понятие о ЛФК и её средствах.
2. Назовите формы ЛФК и охарактеризуйте их.
3. Дайте определение понятия “реабилитация”, место ЛФК в реабилитации.
4. Классификация и характеристика физических упражнений в ЛФК.
5. Методика лечебного применения физических упражнений в ЛФК.
6. Способы дозировки физических упражнений в ЛФК.
7. Градация интенсивности физических упражнений в ЛФК.
8. Лечебная, тонизирующая (поддерживающая) и тренирующая дозировка нагрузки в ЛФК.
9. Методы врачебно-педагогической оценки воздействия физических нагрузок и эффективности проведённых курсов ЛФК.
10. Периоды лечебного применения физических упражнений.
11. Организация ЛФК в лечебно-профилактических учреждениях.
12. Охарактеризуйте виды двигательных режимов в лечебно-профилактических учреждениях.
13. Механизм лечебного воздействия физических упражнений: тонизирующее влияние, трофическое действие, формирование компенсаций, нормализация функций.
14. Механизм лечебного действия физических упражнений при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
15. Основы методики ЛФК при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.
16. Понятие об атеросклерозе. Задачи и методика ЛФК при разных стадиях заболевания.

17. Понятие об ишемической болезни сердца (ИБС). Задачи и методика ЛФК для больных, отнесённых к различным функциональным классам. Вторичная профилактика.
18. Понятие об инфаркте миокарда. Степени тяжести инфаркта миокарда. Задачи и методика ЛФК на стационарном этапе реабилитации.
19. ЛФК при инфаркте миокарда на санаторном и поликлиническом этапах реабилитации. Вторичная профилактика. Оценка эффективности занятий ЛФК
20. Понятие о ревматизме и пороках сердца. Задачи и методика ЛФК в зависимости от степени недостаточности кровообращения при пороках сердца.
21. Понятие о гипертонической болезни. Задачи и методика ЛФК при гипертонической болезни в зависимости от стадии.
22. Понятие о гипотонической болезни. Задачи и методика ЛФК.
23. Понятие об облитерирующем эндартериите. Задачи и методика ЛФК.
24. Понятие о варикозном расширении вен. Задачи и методика ЛФК.
25. Значение и методика занятий физическими упражнениями для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.
26. Основные проявления заболеваний органов дыхания и механизм лечебного действия физических упражнений при них.
27. Понятие о бронхиальной астме. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
28. Понятие о бронхите. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
29. Понятие о пневмонии. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
30. Оценка эффективности занятий ЛФК при заболеваниях органов дыхания.
31. Охарактеризуйте основные заболевания органов пищеварения, механизм лечебного действия физических упражнений при них и основы методики ЛФК.

32. Механизмы лечебного действия физических упражнений при заболеваниях органов пищеварения.
33. Понятие о холецистите и желчнокаменной болезни. Задачи и методика ЛФК по периодам заболевания.
34. Методики ЛФК при опущении внутренних органов (спланхноптозе) и механизмы лечебного действия упражнений.
35. Методика ЛФК при дискинезии желудочно-кишечного тракта.
36. Понятие об ожирении. Виды и степени ожирения. Задачи и методика ЛФК в зависимости от степени ожирения и сопутствующие заболевания. Оценка эффективности занятий ЛФК.
37. Понятие о сахарном диабете. Задачи и методика ЛФК.
38. Понятие о подагре. Задачи и методика ЛФК.
39. Охарактеризуйте травмы опорно-двигательного аппарата, их основные клинические проявления и осложнения. Дайте определение понятию «травматическая болезнь».
40. Дайте характеристику периодов занятий ЛФК при травмах опорно-двигательного аппарата и задачи, которые при них решаются.
41. Охарактеризуйте повреждения плечевого пояса и верхней конечности. Задачи и методика ЛФК по периодам и в зависимости от характера иммобилизации.
42. Охарактеризуйте травмы суставов верхней конечности. Задачи и методика ЛФК по периодам.
43. Охарактеризуйте травмы кисти и запястья. Задачи и методика ЛФК по периодам.
44. Компрессионные переломы позвонков в разных отделах позвоночника. Периоды ЛФК, задачи и методика по периодам.
45. Виды переломов костей таза. Укладка больных при различных переломах таза. Периоды ЛФК, задачи и методика по периодам и в зависимости от вида перелома.
46. Переломы диафиза бедра. Задачи и методика ЛФК по периодам.

47. Охарактеризуйте травмы коленного сустава (разрыв боковых и крестообразных связок, повреждение менисков коленного сустава). Расскажите о периодах ЛФК, основных задачах, средствах и методах ЛФК по периодам. Оценка эффективности занятий ЛФК.
48. Дайте характеристику повреждениям сухожильно-связочного аппарата голеностопного сустава. Раскройте методику ЛФК при оперативном сшивании разрыва ахиллова сухожилия у спортсменов.
49. Понятие об артритах и артрозах суставов. Методика ЛФК при артритах и артрозах.
50. Понятие о правильной осанке и ее нарушения. Методика ЛФК при различных видах нарушения осанки, роль физических упражнений в профилактике нарушений осанки. Оценка эффективности занятий ЛФК.
51. Понятие о сколиозе и сколиотической болезни. Виды сколиоза и его степени. Методика занятий ЛФК в зависимости от степени сколиоза. Применение групп физических упражнений (симметричные, асимметричные, деторсионные и др.). Профилактика средствами физической культуры.
52. Понятие о плоскостопии (продольном и поперечном) и его определение. Задачи и методика ЛФК, специальные упражнения.
53. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях периферических нервов. Механизм лечебного действия физических упражнений и общие основы методики ЛФК по периодам.
54. Понятие об остеохондрозе позвоночника. Задачи и методика ЛФК при остеохондрозе поясничного отдела позвоночника.
55. Остеохондроз шейного отдела позвоночника. Задачи и методика ЛФК по периодам.
56. Понятие об инсульте. Задачи и методика ЛФК по периодам.
57. Понятие о травматической болезни спинного мозга (ТБСМ). Задачи и методика ЛФК по периодам. Этапно-курсовая система реабилитации.
58. Понятие о заболеваниях периферической нервной системы. Методика ЛФК при поражениях периферических нервов (невритах, нейропатиях).

59. Понятие о специальных медицинских группах. Задачи физического воспитания в этих группах, их комплектование. Средства и формы физического воспитания в специальных медицинских группах.

60. Особенности методики занятий лечебной физической культурой со спортсменами.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины**

### **а) Основная литература:**

1. Лечебная физическая культура: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адапт. физ. культура): доп. М-вом образования РФ/ под ред. С.Н. Попова. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2013. - 413 с.: ил.

2. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник для студентов высших учебных заведений - М.:ФиС, 2005. - 532 с.

3. Физическая реабилитация: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура": рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / под общ. ред. проф. С.Н. Попова. - изд. 5-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 603 с.

4. Физическая реабилитация: в 2 т.: учеб. для студентов бакалавриата и магистратуры по направлению подгот. "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья": рек. эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"/ под ред. С.Н. Попова. - М.: Academia, 2013.

5. Частная патология: учебник для студ. учреждений высшего образования/ С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасёва и др.; под ред. С.Н. Попова – 2-е изд., перераб и доп. - М.: ИЦ «Академия», 2014. – 272 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Апанасенко, Г.Л. Лечебная физкультура при заболеваниях сердечно-

сосудистой системы / Апанасенко Г.Л., Волков В.В., Науменко Р.Г. - Киев: Здоров'я, 1987. - 120 с.

2. Белая, Н.А. Лечебная физкультура и массаж : учеб.-метод. пособие для мед. работников / Н.А. Белая ; М-во здравоохранения РФ [и др.]. - [2-изд.]. - М.: Сов. спорт, 2004. - 272 с.

3. Валеев, Н.М. Восстановление работоспособности спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 032101, 032102 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Н.М. Валеев. - М.: Физ. культура, 2009. - 292 с.

4. Валеев, Н.М. Физическая реабилитация больных с заболеваниями органов дыхания : учеб.-метод. пособие для специальности 032102.65 : [рек. Эксперт.-метод. советом РГУФКСиТ] / Н.М. Валеев, Н.Л. Иванова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2009. - 81 с.

5. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учеб. пособие для вузов. - М.: ГЗОТААМЕД, 2004. - 560 с.

6. Козырева, О.В. Лечебная физкультура для дошкольников : При нарушениях опорно-двигат. аппарата: Пособие для инструкторов ЛФК, воспитателей и родителей: Доп. М-вом образования РФ / Козырева Ольга Владимировна. - М.: Просвещение, 2003. - 112 с.

7. Лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации : руководство для врачей / Под ред. А. Ф. Каптелина, И. П. Лебедевой. - М.: Медицина, 1995. - 400 с.

8. Медицинская реабилитация (руководство) / Под ред. проф. Боголюбова В.М., том 1,2,3. - Смоленск, 2007.

9. Мошков, В.Н. Лечебная физическая культура на курортах и в санаториях : краткое руководство / При уч. проф. П. И. Белоусова и др. / В.Н. Мошков.- 3-е изд., доп. и перераб. – М.: Медицина, 1968. - 484 с.

10. Реабилитация больных с травматической болезнью спинного мозга / [под общ ред. Г.Е. Ивановой [и др.]]. - М.: Моск. учеб., 2010. - 639 с.

11. Транквилиитати, А.Н. Восстановить здоровье. - М.: ФиС, 1992. - 304 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. Иванова, Н.Л. Занятия физической культурой в специальных медицинских группах школ и вузов: учеб.-метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 032101.65, 032102.65 а также для учителей ФК, методистов и инструкторов по ЛФК, аспирантов и преподавателей : [рек. и утв. ЭМС "РГУФКСМиТ"] / Н.Л. Иванова; М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2012. - 96 с. *Режим доступа:* [http://lfk.sportedu.ru/sites/lfk.sportedu.ru/files/ivanova\\_smg\\_posobie.pdf](http://lfk.sportedu.ru/sites/lfk.sportedu.ru/files/ivanova_smg_posobie.pdf)

2. Кешишян, И.В. Опыт применения комплексной программы ЛФК у больных, перенесших инфаркт миокарда / И.В. Кешишян // ЛФК и массаж. Спорт. медицина. - 2008. - № 9. - С. 33-36. *Режим доступа :* [HTTP://lfksport.ru/pdf/2008/LFK\\_9\\_\(57\)\\_2008.pdf](HTTP://lfksport.ru/pdf/2008/LFK_9_(57)_2008.pdf)

3. Козырева, О.В. Лечебная физическая культура в условиях детского дошкольного учреждения // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1998. - № 2. - С. 56-58. *Режим доступа :* <HTTP://sportlib.info/Press/FKVOT/1998N2/p56-58.htm>

4. Могендович, М.Р. Физиологические основы лечебной физкультуры : извлеч. / М.Р. Могендович, И.Б. Темкин // ЛФК и массаж. - 2006. - № 9. - С. 61-62. *Режим доступа :* [HTTP://lfksport.ru/pdf/2006/LFK\\_9\\_\(33\)\\_2006.pdf](HTTP://lfksport.ru/pdf/2006/LFK_9_(33)_2006.pdf)

5. Мошков, В.Н. Общие основы лечебной физкультуры / В.Н. Мошков // ЛФК и массаж. - 2006. - № 5. - С. 54-61. *Режим доступа :* [HTTP://lfksport.ru/pdf/2006/LFK\\_5\\_\(29\)\\_2006.pdf](HTTP://lfksport.ru/pdf/2006/LFK_5_(29)_2006.pdf)

6. Потапчук, А.А. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата дошкольников средствами физического воспитания / А.А.

Потапчук, Т.В. Волосникова = Breach correction of muscular-skeleton system by methods of physical culture in preschool // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2008. - № 4 (38). - С. 60-64. *Режим доступа* : [HTTP://lesgaft-notes.spb.ru/files/4-38-2008/p60-64.pdf](http://lesgaft-notes.spb.ru/files/4-38-2008/p60-64.pdf)

7. Шарманова, С.Б. Профилактика и коррекция плоскостопия у детей дошкольного возраста средствами физического воспитания / С.Б. Шарманова, А.И. Федоров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 1999. - № 3-4. - С. 42-45. *Режим доступа* : [HTTP://sportlib.info/Press/FKVOT/1999N3-4/p42-45.htm](http://sportlib.info/Press/FKVOT/1999N3-4/p42-45.htm)

8. Юрина, И.С. Профилактика и коррекция нарушений осанки у детей дошкольного возраста средствами и методами ЛФК / И.С. Юрина, В.Ю. Кротова // Культура физическая и здоровье. - 2014. - № 1 (48). - С. 85-88. *Режим доступа* : [HTTP://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content/fizkultura\\_2014\\_v48\\_N1.pdf](http://kultura-fiz.vspu.ac.ru/content/fizkultura_2014_v48_N1.pdf)

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине активно должны использоваться технические средства - персональные компьютеры, проектор, акустическая система для демонстрации учебных слайдов и видеороликов.

**Методы обучения с использованием информационных технологий**

К методам обучения с использованием информационных технологий, применяемых на занятиях по дисциплине «Лечебная физическая культура», относятся:

- демонстрация мультимедийных материалов (для иллюстрации и закрепления нового материала);
- консультирование студентов посредством системы МООДУС.

### **Перечень программного обеспечения.**

Компьютеры должны быть оснащены следующим программным обеспечением:

- операционной системой MicrosoftWindowsXP или MicrosoftWindows 7;
- текстовым редактором MicrosoftWord (2003 и выше);
- средством для просмотра pdf -файлов AdobeReader;
- редактором MicrosoftPowerPoint.

### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

Для успешного формирования соответствующих компетенций по дисциплине «Лечебная физическая культура» для студентов имеется необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение лекционных и семинарских занятий:

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Лечебная физическая культура» для обучающихся 3 курсов институтов Спорта и физического воспитания, Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки 49.03.01 – Физическая культура, профилю Спортивная подготовка**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.  
Сроки изучения дисциплины: 5 семестр (очная форма обучения, 2 и 3 поток)  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Устный опрос по теме «Общие основы лечебной физической культуры»</i>	5 неделя	5
2	<i>Презентация на тему «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов и травмах опорно-двигательного аппарата» (нозология по выбору студента)</i>	8 неделя	10
3	<i>Реферат по теме «Методика лечебной физической культуры при заболеваниях внутренних органов и травмах опорно-двигательного аппарата» (нозология по выбору студента)</i>	11 неделя	10
4	<i>Тестирование по изученным темам</i>	13 неделя	10
5	<i>Разработка комплекса лечебной гимнастики и проведение практического занятия (нозология по выбору студента)</i>	14-15 недели	10
6	<i>Посещение занятий</i>	В течение семестра	25 (по 0,5 балла за одно занятие)
7	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине «Лечебная физическая культура» для обучающихся 3 курсов института Спорта и физического воспитания, групп 1-6, направления подготовки 49.03.01 – Физическая культура, профиля Спортивная подготовка*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.  
Сроки изучения дисциплины: 6 семестр (очная форма обучения, 1 поток)  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Устный опрос по теме «Общие основы лечебной физической культуры»</i>	<i>22 неделя</i>	<i>5</i>
2	<i>Презентация на тему «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов и травмах опорно-двигательного аппарата» (нозология по выбору студента)</i>	<i>25 неделя</i>	<i>10</i>
3	<i>Реферат по теме «Методика лечебной физической культуры» (нозология по выбору студента)</i>	<i>31 неделя</i>	<i>10</i>
4	<i>Тестирование по изученным темам</i>	<i>35 неделя</i>	<i>10</i>
5	<i>Разработка комплекса лечебной гимнастики и проведение практического занятия (нозология по выбору студента)</i>	<i>37-39 недели</i>	<i>10</i>
6	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	<i>25 (по 0,5 балла за одно занятие)</i>
7	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Лечебная физическая культура» для обучающихся 3 курсов института Спорта и физического воспитания, направления подготовки 49.03.01 – Физическая культура, профиля Спортивная подготовка**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры.  
Сроки изучения дисциплины: 5 семестр (заочная и заочная ускоренная формы обучения)  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Устный опрос по теме «Общие основы лечебной физической культуры»</i>		6
2	<i>Презентация на тему «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов и травмах опорно-двигательного аппарата» (нозология по выбору студента)</i>		10
3	<i>Реферат по теме «Методика лечебной физической культуры» (нозология по выбору студента)</i>		10
4	<i>Тестирование по изученным темам</i>		10
5	<i>Разработка комплекса лечебной гимнастики и проведение практического занятия (нозология по выбору студента)</i>		10
6	<i>Посещение занятий</i>		24 (по 2 балла за одно занятие заочной формы, по 3 балла для заочной ускоренной формы)
7	<b>Экзамен</b>		<b>30</b>
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Презентация на тему «Лечебная физическая культура при заболеваниях внутренних органов и травмах опорно-двигательного аппарата» (нозология по выбору студента)</i>	10
3	<i>Реферат по теме «Методика лечебной физической культуры» (нозология по выбору студента)</i>	10
4	<i>Тестирование по изученным темам</i>	10
5	<i>Разработка комплекса лечебной гимнастики и проведение практического занятия (нозология по выбору студента)</i>	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра физической реабилитации и оздоровительной физической  
культуры**

**АННОТАЦИЯ**

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Б1.В.ОД.12, ЛЕЧЕБНАЯ  
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ» МОДУЛЮ  
«Б1.В.ОД.12.2 ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Направление подготовки: 49.03.01 – Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная и заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины «Лечебная физическая культура»** составляет 3 зачетные единицы.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины:** 5 семестр (очная форма обучения, 2 и 3 потоки), заочная и заочная ускоренная формы обучения, 6 семестр (очная форма обучения, 1 поток).

**Целью освоения дисциплины:** является формирование методических и практических умений и навыков в области теории и методики лечебной физической культуры (ЛФК) при различных заболеваниях и травмах; способности разрабатывать методики занятий лечебной физической культурой, также обучение будущих бакалавров использованию полученных знаний в своей практической деятельности при разработке корригирующих, реабилитационных и оздоровительных программ.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения	Заочная (ускор.) форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-12	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять значения величины тренировочных и соревновательных нагрузок на этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта;</li> <li>- организовывать контроль за состоянием здоровья и физическим развитием занимающихся;</li> <li>- использовать средства и методы профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- применять методики спортивного массажа.</li> </ul> <p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками профилактики травматизма и заболеваний в избранном виде спорта (спортивной дисциплине);</li> <li>- способностью организовывать восстановительные мероприятия с учетом возраста и пола обучающихся;</li> <li>- способностью применять методики спортивного массажа,</li> </ul>	5, 6	5	5
		5, 6	5	5

	средствами и методами восстановления и реабилитации после травм/повреждений.			
<b>ПК-13</b>	<i>Знать:</i> - виды и методы педагогического контроля и учета его результатов.	5, 6	5	5
<b>ПК-17</b>	<i>Знать:</i> - основные приемы рекреационной деятельности; - виды, формы и средства рекреационной деятельности в зависимости от гигиенических и естественных средовых факторов; - методы контроля за функциональным состоянием занимающихся.	5, 6	5	5
<b>ПК-18</b>	<i>Уметь:</i> - выбирать средства и методы рекреационной двигательной деятельности в соответствии с особенностями контингента; - собирать и анализировать информацию о состоянии здоровья обучающихся; - применять различные методы контроля и коррекции функционального состояния обучающихся на основе объективных данных.	5, 6	5	5
<b>ПК-19</b>	<i>Знать:</i> - основные понятия, задачи и принципы оздоровительной тренировки; - содержание программ оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния; - базовые компоненты и факторы ЗОЖ.	5, 6	5	5
	<i>Уметь:</i> - извлекать информацию из различных источников затрагивающих проблемы состояния здоровья занимающихся; - применять весь спектр средств и методов оздоровительной направленности в своей практической деятельности; - конкретизировать проявление оздоровительного эффекта в процессе занятий.	5, 6	5	5
	<i>Владеть:</i> - различными методиками оздоровительной направленности; - навыками разработки и реализации оздоровительных технологий спортивно-рекреационной направленности.	5, 6	5	5

**4. Краткое содержание дисциплины «Лечебная физическая культура»:  
очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5, 6	2	4	4		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5, 6	1	8	8		
3	Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5, 6	1	6	6		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ	5, 6	-	6	6		
5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5, 6	1	8	8		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5, 6	1	6	6		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5, 6	2	6	8		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5, 6	-	4	6		
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>8</b>	<b>48</b>	<b>52</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

### заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5	0,5	-	9		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5	0,5	2	12		
3	Тема 3. Лечебная физическая культура К при заболеваниях органов дыхания	5	0,5	1	12		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ	5	0,5	1	10		
5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5	1	1	12		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5	1	1	12		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5	1	1	12		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5	1	1	8		
<b>Итого часов:</b>		<b>108</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>87</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

## заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема 1. Введение. Общие основы лечебной физической культуры	5	0,5	-	8		
2	Тема 2. Лечебная физическая культура при заболеваниях сердечно-сосудистой системы	5	0,5	1	8		
3	Тема 3. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов дыхания	5	-	1	8		
4	Тема 4. Лечебная физическая культура при заболеваниях органов пищеварения и обмена веществ	5	-	-	8		
5	Тема 5. Лечебная физическая культура при травмах и заболеваниях опорно-двигательного аппарата	5	0,5	1	12		
6	Тема 6. Лечебная физическая культура при дефектах осанки, сколиозе и плоскостопии	5	0,5	1	8		
7	Тема 7. Лечебная физическая культура при заболеваниях и повреждениях нервной системы	5	-	1	8		
8	Тема 8. Физическая культура в специальных медицинских группах. Физическая реабилитация спортсменов.	5	-	1	4		
	<b>Итого часов:</b>	<b>108</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гандбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.13 Теория и методика обучения гандболу»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № 23 от «29» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № 26 от «25» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

**Жийяр Марина Владимировна**, д.п.н., доцент., зав. кафедрой ТиМ  
гандбола

**Обивалина Мария Сергеевна**, преподаватель кафедры ТиМ гандбола

Рецензент:

**Булыкина Лариса Владимировна**, к.п.н., доцент, зав. кафедрой ТиМ  
волейбола

**1. Цель освоения дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»:** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Теория и методика обучения гандболу» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Теория и методика обучения гандболу» относится к блоку обязательных дисциплин по выбору вариативной части (Б1.В.ОД.13) основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников практических навыков, необходимых при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется сформированными двигательными умениями и навыками при изучении практических дисциплин – теория и методика избранного вида спорта, волейбол, баскетбол, гимнастика, легкая атлетика. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры и др. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется сдачей практического зачета.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ОПК-2	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– возрастные особенности занимающихся;</li> <li>– основные положения дидактики и теории и методики физической культуры;</li> <li>– требования образовательных стандартов</li> </ul>	5		
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол</li> </ul>			

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов</li> </ul>			
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– эволюцию правил соревнований по гандболу;</li> <li>– судейскую терминологию и жесты при проведении соревнований по гандболу;</li> <li>– основные требования к оборудованию, экипировке и инвентарю участников соревнований.</li> </ul>	5		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила соревнований по гандболу;</li> <li>– документы планирования и проведения соревнований по гандболу;</li> <li>– особенности организации и проведения соревнований по гандболу различного уровня;</li> <li>– обязанности организаторов и судей соревнований по гандболу;</li> <li>– основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований по гандболу</li> </ul>			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить соревнования по гандболу различного уровня;</li> <li>– осуществлять объективное судейство соревнований;</li> <li>– обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований по гандболу</li> </ul>			
<b>ПК-6</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни</li> </ul>	5		
	<p><i>Уметь:</i> осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни</li> </ul>			

## 4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»

### 4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, зачет, аудиторных занятий – 36 часов, самостоятельная работа – 36 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>П курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>5</b>	<b>36</b>	<b>36</b>		
<b>1.</b>	<b>Общие основы гандбола</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
1.1	История возникновения и развития гандбола в России и в мире.		2	2		
<b>2.</b>	<b>Содержание игровой деятельности в гандболе</b>		<b>12</b>	<b>12</b>		
2.1	Техника игры в гандбол		4	4		
2.2	Тактика игры в гандбол		4	4		
2.3.	Физическая подготовленность гандболиста		4	4		
<b>3.</b>	<b>Формирование практических навыков педагогического мастерства</b>		<b>10</b>	<b>10</b>		
3.1.	Методика обучения технике гандбола		4	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола		4	4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста		2	2		
<b>4.</b>	<b>Формирование методических навыков педагогического мастерства</b>		<b>8</b>	<b>8</b>		
4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности		2	8		
4.2.	Проведение упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности		6			

<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>4</b>	<b>4</b>		
5.1	Основные правила игры в гандбол		2	4		
5.2.	Формирование практических навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу		2			
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>36</b>	<b>36</b>		<b>Зачет</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины)**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу»**

**5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:**

**Вопросы для устного ответа:**

1. Возникновение гандбола. Первые правила соревнований.
2. Гандбол на Олимпийских играх (краткий экскурс).
3. ИГФ, ЕГФ и СГР – органы управления развитием гандбола в мире и в России.
4. Правила игры в гандбол.
5. Спортивные достижения советских и российских гандболистов.
6. Классификация техники игры.
7. Методика обучения технике игры.
8. Классификация тактики игры.
9. Методика обучения тактике игры.
10. Оборудование и инвентарь гандбольного зала.
11. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».

12. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).

13. Методика построения занятий по гандболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.

#### **Вопросы по правилам игры:**

1. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
2. Игровая площадка. Размеры и разметка.
3. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
4. Игровая форма и экипировка.
5. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
6. Заброшенный мяч: когда он заброшен и его цена.
7. Замена игроков.
8. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
9. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
10. Нарушения: Пробежка.
11. Нарушения: 3 секунды.
12. Методика ведения протокола игры в гандбол.
13. Гандбол в системе здорового образа жизни человека.
14. Влияние занятий гандболом на организм и физическую подготовленность занимающихся.

#### **5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в 5 семестре очной формы обучения:**

1. История развития игры и ее популяризации на территории России;
2. Методика обучения основным техническим элементам;
3. Правила соревнований по гандболу;
4. Система и календарь соревнований в гандболе.
5. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.

6. Классификация техники игры в гандбол в нападении.
7. Классификация техники игры в гандбол в защите.
8. Тактика игры в нападении в гандболе.
9. Тактика игры в защите в гандболе.
10. Структура соревновательной деятельности в гандболе.
11. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.
12. Методика обучения технике ведения мяча.
13. Методика обучения обманным движениям.
14. Методика обучения передачам мяча.
15. Методика обучения броскам в безопорном положении.
16. Методика обучения броскам в падении.
17. Методика обучения броскам, выполняемым в опорном положении.
18. Порядок подготовки конспекта занятия по гандболу.
19. Особенности методики обучения на этапе начального разучивания.
20. Особенности методики обучения на этапе углубленного разучивания технических приемов игры.
21. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе закрепления.
22. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе совершенствования.
23. Контроль физической подготовленности и функционального состояния занимающихся.
24. Способы контроля технической подготовленности занимающихся.

### **ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКОМУ МАТЕРИАЛУ:**

- уметь показать практические элементы техники;
- уметь применять технические элементы в игре;
- уметь вести протоколы соревнований и иметь навыки судейства;
- выполнять требования практического материала.

1. Ведение мяча 30 м:

мужчины: правой рукой – 5,1 сек; левой рукой – 5,3 сек.

женщины: правой рукой – 5,3 сек; левой рукой – 5,5 сек.

2. Техника выполнения бросков.

3. Броски на точность с 9 м:

мужчины: из 12 бросков – 6 попаданий.

женщины: из 12 бросков – 5 попаданий.

4. Броски мяча на дальность:

мужчины – 38 м, женщины - 28 м.

5. Техника выполнения финтов.

6. Комплексные упражнения:

мужчины – 24 сек, женщины – 28 сек.

## **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ**

1. История возникновения гандбола.

2. Современные правила гандбола и их эволюция.

3. Система и календарь соревнований в гандболе.

4. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.

5. Классификация техники игры в гандбол.

6. Тактика игры в нападении в гандболе.

7. Тактика игры в защите в гандболе.

8. Структура соревновательной деятельности в гандболе.

9. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.

10. Методика обучения технике ведения мяча.

11. Методика обучения обманным движениям.

12. Методика обучения передачам мяча.

13. Методика обучения броскам в безопорном положении.

14. Методика обучения броскам в падении.

15. Методика обучения броскам, выполняемым в опорном положении.

## 16. Влияние занятий гандболом на организм и физическую подготовленность занимающихся.

### 6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»

#### а) Основная литература:

1. Игнатъева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатъева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
2. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с

#### б) дополнительная литература:

1. Волейбол, гандбол, баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам.: Учеб. пособие/ В.Ф.Мишенькина, И.А.Рогов, О.С. Шалаев, Д.В. Карбанов. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2004. – 115 с.
2. Гандбол: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юнош. спорт. шк., специализир. детско-юнош. шк. олимп. Резерва / Авт.-сост.: В.Я.Игнатъева, В.С.Максимов, И.В. Петрачева. – М.: Сов.спорт, 2003. – 115 с.
3. Спортивные игры: Техника, тактика обучения/ Под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М.: Academia, 2004. – 518 с. – (Высш.образование).
4. Правила игры в гандбол: (Официальные правила ИГФ). – М.: Б.и., 2010. – 90 с.

#### в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

<http://www.rushandball.ru>

<http://www.ihf.com>

<http://www.ehf.com>

<http://www.sportzone.ru>

#### сайты гандбольных клубов и национальных федераций

#### г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической

	<p>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</p>	<p>деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</p>
3.	Adobe Acrobat DC	<p>Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
4.	WinRAR (WinZip)	<p>Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>
5.	Dr.Web	<p>Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.</p>

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

7.2. Специализированный зал (модуль).

### 7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

**7.6. Спортивный инвентарь**

- Гандбольные мячи (мужской размер) – 40 штук;
- Гандбольные мячи (женский размер) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Медицинболы 1 кг – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Обводные стойки – 12 штук;
- Скакалки – 30 штук
- Степ-платформы – 12 штук
- Мини-барьеры – 6 штук

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по гандболу	4
	2. Инвентарь для занятий по гандболу и техника безопасности при проведении занятий	4
	3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности	6
	4. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов.	6
	5. Демонстрация жестов судейства соревнований в качестве судей по гандболу	4
	6. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по гандболу	6
	7. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке гандболистов.	6
	8. Занятие по анализу тактики игры в защите (нападении) в гандболе.	6
	9. Методики обучения техническим приемам игры в гандбол.	6

	10. Демонстрация техники игры в нападении (защите).	6
	11. Демонстрация навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу в двусторонней игре	6
3	Реферат	15
4	Сдача зачета ( <b>рубежный контроль</b> )	15
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гандбола**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.13. Теория и методика обучения гандболу»**

Направление подготовки: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в избранном виде спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единицы.

2. **Семестр освоения дисциплины:** 5.

3. **Цель освоения дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»:** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i> – возрастные особенности занимающихся; – основные положения дидактики и теории и методики физической культуры; – требования образовательных стандартов	5		
	<i>Уметь:</i> – проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол			
	<i>Владеть:</i> - способностью проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов			
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по гандболу; – судейскую терминологию и жесты при проведении соревнований по гандболу; – основные требования к оборудованию, экипировке и инвентарю участников соревнований.	5		
	<i>Знать:</i> – правила соревнований по гандболу; – документы планирования и проведения соревнований по гандболу; – особенности организации и проведения соревнований		5	

	по гандболу различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнований по гандболу; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований по гандболу			
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования по гандболу различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований по гандболу			
<b>ПК-6</b>	<i>Знать:</i> – средства и методы пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни	5		
	<i>Уметь:</i> осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни			
	<i>Владеть:</i> - способностью осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни			

### 5. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»: очная форма обучения

№	Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – гандбол)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>II курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>5</b>	<b>36</b>	<b>36</b>		
<b>1.</b>	<b>Общие основы гандбола</b>		2	2		
<b>2.</b>	<b>Содержание игровой деятельности в гандболе</b>		12	12		
<b>3.</b>	<b>Формирование практических навыков педагогического мастерства</b>		10	10		
<b>4.</b>	<b>Формирование методических навыков педагогического мастерства</b>		8	8		

<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>4</b>	<b>4</b>		
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>36</b>	<b>36</b>		<b>Зачет</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гандбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.13 Теория и методика обучения гандболу»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профиль: «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № 23 от «29» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола  
Протокол № 26 от «25» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гандбола

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

**Жийяр Марина Владимировна**, д.п.н., доцент., зав. кафедрой ТиМ  
гандбола

**Обивалина Мария Сергеевна**, преподаватель кафедры ТиМ гандбола

Рецензент:

**Булыкина Лариса Владимировна**, к.п.н., доцент, зав. кафедрой ТиМ  
волейбола

**1. Цель освоения дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»:** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Теория и методика обучения гандболу» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Теория и методика обучения гандболу» относится к блоку обязательных дисциплин по выбору вариативной части (Б1.В.ОД.13) основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников практических навыков, необходимых при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется сформированными двигательными умениями и навыками при изучении практических дисциплин – теория и методика избранного вида спорта, волейбол, баскетбол, гимнастика, легкая атлетика. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как спортивно-педагогическое совершенствование, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры и др. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется сдачей практического зачета.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		наименование	заочная форма обучения	Очно-заочная форма обучения
<b>1</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i> – возрастные особенности занимающихся; – основные положения дидактики и теории и методики физической культуры; – требования образовательных стандартов	5		
	<i>Уметь:</i> – проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол			

	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов</li> </ul>			
<b>ОПК-8</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– эволюцию правил соревнований по гандболу;</li> <li>– судейскую терминологию и жесты при проведении соревнований по гандболу;</li> <li>– основные требования к оборудованию, экипировке и инвентарю участников соревнований.</li> </ul>	5		
	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила соревнований по гандболу;</li> <li>– документы планирования и проведения соревнований по гандболу;</li> <li>– особенности организации и проведения соревнований по гандболу различного уровня;</li> <li>– обязанности организаторов и судей соревнований по гандболу;</li> <li>– основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований по гандболу</li> </ul>			
	<p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить соревнования по гандболу различного уровня;</li> <li>– осуществлять объективное судейство соревнований;</li> <li>– обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований по гандболу</li> </ul>			
<b>ПК-6</b>	<p><i>Знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– средства и методы пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни</li> </ul>	5		
	<p><i>Уметь:</i> осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни</p>			
	<p><i>Владеть:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способностью осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни</li> </ul>			

## 4. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»

### 4.1 Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единицы, зачет, аудиторных занятий – 10 часов, самостоятельная работа – 62 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятель- ная работа	Контроль	
<b>II</b> <b>курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		
<b>1.</b>	<b>Общие основы гандбола</b>				<b>2</b>		
1.1	История возникновения и развития гандбола в России и в мире.				2		
<b>2.</b>	<b>Содержание игровой деятельности в гандболе</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	<b>22</b>		
2.1	Техника игры в гандбол			2	8		
2.2	Тактика игры в гандбол				6		
2.3.	Физическая подготовленность гандболиста			2	8		
<b>3.</b>	<b>Формирование практических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>12</b>		
3.1.	Методика обучения технике гандбола			2	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола				4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста				4		
<b>4.</b>	<b>Формирование методических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>14</b>		
4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности				14		
4.2.	Проведение упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности			2			
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>				<b>14</b>		
5.1	Основные правила игры в гандбол				14		

5.2.	Формирование практических навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу						
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>64</b>		<b>Зачет</b>

**Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

№	Разделы дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>II курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		
<b>1.</b>	<b>Общие основы гандбола</b>				<b>2</b>		
1.1	История возникновения и развития гандбола в России и в мире.				2		
<b>2.</b>	<b>Содержание игровой деятельности в гандболе</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>22</b>		
2.1	Техника игры в гандбол			2	8		
2.2	Тактика игры в гандбол				6		
2.3.	Физическая подготовленность гандболиста				8		
<b>3.</b>	<b>Формирование практических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>12</b>		
3.1.	Методика обучения технике гандбола			2	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола				4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста				4		
<b>4.</b>	<b>Формирование методических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>14</b>		
4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности				14		

4.2.	Проведение упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности			2			
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>				<b>14</b>		
5.1	Основные правила игры в гандбол				14		
5.2.	Формирование практических навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу						
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет</b>

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу»**

**5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре заочной формы обучения:**

**Вопросы для устного ответа:**

1. Возникновение гандбола. Первые правила соревнований.
2. Гандбол на Олимпийских играх (краткий экскурс).
3. ИГФ, ЕГФ и СГР – органы управления развитием гандбола в мире и в России.
4. Правила игры в гандбол.
5. Спортивные достижения советских и российских гандболистов.
6. Классификация техники игры.
7. Методика обучения технике игры.
8. Классификация тактики игры.
9. Методика обучения тактике игры.

10. Оборудование и инвентарь гандбольного зала.
11. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».
12. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).
13. Методика построения занятий по гандболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.
14. Гандбол в системе здорового образа жизни человека.
15. Влияние занятий гандболом на организм и физическую подготовленность занимающихся.

### **Вопросы по правилам игры:**

1. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
2. Игровая площадка. Размеры и разметка.
3. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
4. Игровая форма и экипировка.
5. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
6. Заброшенный мяч: когда он заброшен и его цена.
7. Замена игроков.
8. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
9. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
10. Нарушения: Пробежка.
11. Нарушения: 3 секунды.
12. Методика ведения протокола игры в гандбол.

### **5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов в 4 семестре очной формы обучения:**

1. История развития игры и ее популяризации на территории России;
2. Методика обучения основным техническим элементам;
3. Правила соревнований по гандболу;
4. Система и календарь соревнований в гандболе.

5. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.
6. Классификация техники игры в гандбол в нападении.
7. Классификация техники игры в гандбол в защите.
8. Тактика игры в нападении в гандболе.
9. Тактика игры в защите в гандболе.
10. Структура соревновательной деятельности в гандболе.
11. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.
12. Методика обучения технике ведения мяча.
13. Методика обучения обманным движениям.
14. Методика обучения передачам мяча.
15. Методика обучения броскам в безопорном положении.
16. Методика обучения броскам в падении.
17. Методика обучения броскам, выполняемым в опорном положении.
18. Порядок подготовки конспекта занятия по гандболу.
19. Особенности методики обучения на этапе начального разучивания.
20. Особенности методики обучения на этапе углубленного разучивания технических приемов игры.
21. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе закрепления.
22. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе совершенствования.
23. Контроль физической подготовленности и функционального состояния занимающихся.
24. Способы контроля технической подготовленности занимающихся.

### **ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКОМУ МАТЕРИАЛУ:**

- уметь показать практические элементы техники;
- уметь применять технические элементы в игре;

- уметь вести протоколы соревнований и иметь навыки судейства;
- выполнять требования практического материала.

1. Ведение мяча 30 м:

мужчины: правой рукой – 5,1 сек; левой рукой – 5,3 сек.

женщины: правой рукой – 5,3 сек; левой рукой – 5,5 сек.

2. Техника выполнения бросков.

3. Броски на точность с 9 м:

мужчины: из 12 бросков – 6 попаданий.

женщины: из 12 бросков – 5 попаданий.

4. Броски мяча на дальность:

мужчины – 38 м, женщины - 28 м.

5. Техника выполнения финтов.

6. Комплексные упражнения:

мужчины – 24 сек, женщины – 28 сек.

## **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ**

1. История возникновения гандбола.

2. Современные правила гандбола и их эволюция.

3. Система и календарь соревнований в гандболе.

4. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.

5. Классификация техники игры в гандбол.

6. Тактика игры в нападении в гандболе.

7. Тактика игры в защите в гандболе.

8. Структура соревновательной деятельности в гандболе.

9. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.

10. Методика обучения технике ведения мяча.

11. Методика обучения обманным движениям.

12. Методика обучения передачам мяча.

13. Методика обучения броскам в безопорном положении.

14. Методика обучения броскам в падении.
15. Методика обучения броскам, выполняемым в опорном положении.
16. Влияние занятий гандболом на организм и физическую подготовленность занимающихся.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»**

**а) Основная литература:**

1. Игнатъева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатъева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
2. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с

**б) дополнительная литература:**

1. Волейбол, гандбол, баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам:: Учеб. пособие/ В.Ф.Мишенькина, И.А.Рогов, О.С. Шалаев, Д.В. Карбанов. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2004. – 115 с.
2. Гандбол: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юнош. спорт. шк., специализир. детско-юнош. шк. олимп. Резерва / Авт.-сост.: В.Я.Игнатъева, В.С.Максимов, И.В. Петрачева. – М.: Сов.спорт, 2003. – 115 с.
3. Спортивные игры: Техника, тактика обучения/ Под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. – М.: Academia, 2004. – 518 с. – (Высш.образование).
4. Правила игры в гандбол: (Официальные правила ИГФ). – М.: Б.и., 2010. – 90 с.

**в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

<http://www.rushandball.ru>

<http://www.ihf.com>

<http://www.ehf.com>

<http://www.sportzone.ru>

**сайты гандбольных клубов и национальных федераций**

**г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:**

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard,	Семейство офисных систем. Предназначены для

	Microsoft Office Pro  <i>-Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook</i>	автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

7.1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

7.2. Специализированный зал (модуль).

### **7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий**

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

#### **7.6. Спортивный инвентарь**

- Гандбольные мячи (мужской размер) – 40 штук;
- Гандбольные мячи (женский размер) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Медицинболы 1 кг – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Обводные стойки – 12 штук;
- Скакалки – 30 штук
- Степ-платформы – 12 штук
- Мини-барьеры – 6 штук

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

### ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Теория и методика обучения гандболу» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения**

#### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

#### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по гандболу	4
	2. Инвентарь для занятий по гандболу и техника безопасности при проведении занятий	4
	3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности	6
	4. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов.	6
	5. Демонстрация жестов судейства соревнований в качестве судей по гандболу	4
	6. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по гандболу	6
	7. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке гандболистов.	6
	8. Занятие по анализу тактики игры в защите (нападении) в	6

	гандболе. 9. Методики обучения техническим приемам игры в гандбол. 10. Демонстрация техники игры в нападении (защите). 11. Демонстрация навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу в двусторонней игре	6 6 6
3	Реферат	15
4	Сдача зачета ( <b>рубежный контроль</b> )	15
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гандбола**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.13. Теория и методика обучения гандболу»**

Направление подготовки: 49.03.01 - Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная, заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единицы.

2. **Семестр освоения дисциплины:** 4.

3. **Цель освоения дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»:** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		заочная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i> – возрастные особенности занимающихся; – основные положения дидактики и теории и методики физической культуры; – требования образовательных стандартов	5		
	<i>Уметь:</i> – проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол			
	<i>Владеть:</i> - способностью проводить учебные занятия по базовому виду спорта гандбол с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов			
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> – эволюцию правил соревнований по гандболу; – судейскую терминологию и жесты при проведении соревнований по гандболу; – основные требования к оборудованию, экипировке и инвентарю участников соревнований.	5		
	<i>Знать:</i> – правила соревнований по гандболу; – документы планирования и проведения соревнований по гандболу; – особенности организации и проведения соревнований по гандболу различного уровня; – обязанности организаторов и судей соревнований по		5	

	гандболу; – основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований по гандболу			
	<i>Уметь:</i> – организовывать и проводить соревнования по гандболу различного уровня; – осуществлять объективное судейство соревнований; – обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований по гандболу			
<b>ПК-6</b>	<i>Знать:</i> – средства и методы пропаганды и обучения навыкам здорового образа жизни	5		
	<i>Уметь:</i> осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни			
	<i>Владеть:</i> - способностью осуществлять пропаганду обучать навыкам здорового образа жизни			

### 5. Структура и содержание дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»: заочная форма обучения

№	Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – гандбол)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>II курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>4</b>			<b>62</b>		
1.	Общие основы гандбола				2		
2.	Содержание игровой деятельности в гандболе		2	4	22		
3.	Формирование практических навыков педагогического мастерства			2	12		
4.	Формирование методических навыков педагогического мастерства			2	14		
5.	Организация и проведение соревнований				14		
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		<b>Зачет</b>

## Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

№	Разделы дисциплины «Теория и методика обучения гандболу»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Лекционные занятия	Практические занятия	Самостоятельн ая работа	Контроль	
<b>II курс</b>	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		
<b>1.</b>	<b>Общие основы гандбола</b>				<b>2</b>		
1.1	История возникновения и развития гандбола в России и в мире.				2		
<b>2.</b>	<b>Содержание игровой деятельности в гандболе</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>22</b>		
2.1	Техника игры в гандбол			2	8		
2.2	Тактика игры в гандбол				6		
2.3.	Физическая подготовленность гандболиста				8		
<b>3.</b>	<b>Формирование практических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>12</b>		
3.1.	Методика обучения технике гандбола			2	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола				4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста				4		
<b>4.</b>	<b>Формирование методических навыков педагогического мастерства</b>			<b>2</b>	<b>14</b>		
4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности				14		
4.2.	Проведение упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности			2			
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>				<b>14</b>		
5.1	Основные правила игры в гандбол				14		

5.2.	Формирование практических навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу						
	<b>Всего: 72 часа (2 з.е.)</b>		<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.14 «Единоборства»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 Физическая культура

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная (ускоренное обучение на базе СПО) и заочная,  
заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТИМ единоборств  
(наименование)  
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТИМ единоборств  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Игуменов Виктор Михайлович – доктор педагогических наук, профессор  
кафедры ТИМ единоборств РГУФКСМиТ;

Свищев Иван Дмитриевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры  
ТИМ единоборств РГУФКСМиТ;

Моисеев А.Б. – кандидат педагогических наук, доцент кафедры ТИМ  
фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Астахов Денис Борисович - доцент кафедры ТИМ единоборств.

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Основной целью дисциплины «Физическая культура: единоборства» является развитие личности студента, сформировать и активизировать качества необходимые в профессиональной деятельности.

Задачи курса:

- формирование у студентов методических основ обучения приемам в различных единоборствах;
- освоение (получение знаний и формирование умений) специально-подготовительных упражнений, технико-тактических действий единоборцев;
- развитие личностного потенциала и творческого мышления студентов;
- формирование у студентов системы знаний, умений, навыков необходимых для освоения дисциплины;
- повышение уровня двигательных возможностей студентов.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП**

Учебная дисциплина «Физическая культура: единоборства» относится к профессиональному циклу базовой части основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) бакалавриата.

Основными проблемами в освоении данной учебной дисциплины, требующими своего решения, являются специализированность информации усложняющая ее восприятие, разнохарактерность теоретической и двигательной подготовленности студентов, индивидуальная склонность или ее отсутствие к занятиям единоборствами.

Изучение данной дисциплины тесно связано с такими дисциплинами, как Анатомия человека, Гимнастика, Баскетбол, Бокс, Волейбол, Легкая атлетика, Теория и методика борьбы, Теория и методика восточных единоборств, Теоретико-методические основы профессионально-прикладной физической культуры, Теория и методика детско-юношеского спорта и др.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очная (ускоренная) форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-8</b>	<i>Знать:</i> правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - документы планирования и проведения соревнований; - особенности организации и проведения соревнований различного уровня; - обязанности организаторов и судей соревнования; - основные требования безопасности и медицинского обеспечения соревнований.	7	5	7 (6 уск.)
	<i>Уметь:</i> организовывать и проводить соревнования различного уровня; - осуществлять объективное судейство соревнований; - обеспечивать безопасность и медицинское сопровождение соревнований.	7	5	7 (6 уск.)
	<i>Владеть:</i> навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство соревнований.	7	5	7 (6 уск.)
<b>ОПК-2</b>	<i>Знать:</i> основы дидактики; - основы теории и методики физической культуры; - медико-биологические и психологические особенности различных категорий, занимающихся; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.	7	5	7 (6 уск.)
	<i>Уметь:</i> применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов	7	5	7 (6 уск.)
	<i>Владеть:</i> навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.	7	5	7 (6 уск.)
<b>ПК-6</b>	<i>Знать:</i> основы построения учебных занятия по единоборствам на основе положений дидактики	7	5	7 (6 уск.)

	<i>Уметь:</i> проводить учебные занятия по единоборствам с учетом основных положений дидактики	7	5	7 (6 уск.)
	<i>Владеть:</i> средствами и методами единоборств как базового вида спорта с учетом особенностей обучающихся	7	5	7 (6 уск.)

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **2 зачетных единицы, 72 академических часа (ОФО), 72 часа (ЗФО).**

#### Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств	7	2	2	2		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	7			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	7		2	2		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	7			2		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	7		2	2		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	7		2	2		

	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	7		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	7		2	2		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	7		2	2		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	7		2			
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	7			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	7			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	7			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	7		2			
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	7		2	2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	7		2	2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	7	2	2			
	Психологические аспекты единоборств	7	2		2		
<b>Итого часов: 72</b>				<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	<b>Зачет 7 семестр</b>

### Очная (ускоренное обучение на базе СПО)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
---	----------------------------	---------	---	---

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств	5	2	2	2		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	5			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	5		2	2		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	5			2		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	5		2	2		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	5		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	5		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	5		2	2		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	5		2	2		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	5		2			
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	5			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	5			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	5			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	5		2			

	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	5		2	2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	5		2	2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	5	2	2			
	Психологические аспекты единоборств	5	2		2		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>		<b>Зачет 7 семестр</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	7	2	2	4		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	7			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и самостраховка	7		2	4		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	7			4		

	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	7			4		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	7		2	4		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	7			4		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	7			4		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	7			2		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	7			2		
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	7			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	7			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	7			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	7			2		
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	7			2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	7			4		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	7			2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	7			2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	7			2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	7		2	4		
	Психологические аспекты единоборств	7			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		<b>Зачет 7 семестр</b>

**Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	6	2	2	4		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	6			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	6		2	4		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	6			4		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	6			4		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	6			4		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	6			4		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	6			4		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	6			4		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	6			2		
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и	6			2		

	их комбинации						
	Основы применения защит от предметов: нож	6			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	6			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	6			2		
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	6			2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	6			4		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	6			2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	6			2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	6			2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	6		2	4		
	Психологические аспекты единоборств	6			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет 6 семестр</b>

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

### **Контрольные вопросы к зачёту для студентов очной/заочной формы обучения:**

1. Двигательные действия спортсменов в поединке, объективные возможности взаимозамен между их разновидностями.
2. Атаки и противодействия атакам, способы их подготовки.

3. Разнообразие проявлений психических свойств участников поединков, обеспечивающих успешность применения действий.
4. Проявление двигательных возможностей участников поединков, обеспечивающих успешность применения действий.
5. Классификация видов единоборств.
6. Различия между источниками и способами оценки тактической информации.
7. Правила ведения схваток и боев в одном из видов единоборств.
8. Различия в технике и тактике единоборств с оружием и без него.
9. Личностные качества единоборца.
10. Состав базовых действий.
11. Состав ложных действий.
12. Способности, определяющие уровень тактического мышления обучаемых.
13. Упражнения и комбинации приемов на развитие памяти и внимания.
14. Формирование личностных качеств в сочетании с волевыми усилиями.
15. Упражнения и комбинации приемов на совершенствование простых и сложных двигательных реакций.
16. Упражнения и комбинации приемов, способствующих формированию специфических умений единоборцев, проявляемые в «чувстве боя».
17. Тактическая взаимозависимость между применяемыми разновидностями действий нападения и защиты.
18. Использование конкретных замыслов противника для подбора средств противодействия.
19. Средства разрушения намерений противника применением неожиданных действий.
20. Единоборства в олимпийской программе (от панкратиона до современных олимпиад).

Учет успеваемости студентов ведется в форме текущих зачетов по пройденным темам, а также зачета в сроки, предусмотренные учебным планом. Зачет выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса,

овладение техникой и методикой преподавания, сдачу нормативов текущего контроля (согласно Информационной справке по дисциплине).

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля).**

### а) Основная литература:

1. Тышлер Д.А. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой. – М.: Человек, 2014. – 232 с.
2. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. Для слушателей образоват. Учреждений и подразделений дополнит. Проф. Образования. – М.: Физкультура и спорта, 2008. – 232 с.
3. Игуменов В.М. Спортивная борьба: Учеб. для студентов и учащихся фак. (отд-ний) физ. воспитания пед. учеб. заведений / Игуменов В.М., Подливаев Б.А. - М.: Просвещение, 1993. - 240 с.: ил.
4. Туманян Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению 032100, 032101: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.С. Туманян. - М.: Academia, 2006. - 591 с.: табл.
5. Структура и содержание соревновательного поединка в единоборствах/Игуменов В.М., Свищёв И.Д., Полухин А.В. /Монография. - РГУФКСМиТ. - 2017.- 116 с.

### б) дополнительная литература:

1. Тышлер Д.А. Фехтование на колясках: содерж. и методики тренировки / Д.А. Тышлер, Е.Б. Белкина. - М.: Человек, 2010. - 138 с.: ил.
2. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100: доп. Умо высш. учеб. заведений

РФ по образованию в обл. физ. культуры / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. - М.: Сов. спорт, 2011. - 447 с.: табл.

3.Чумаков Е.М. Спортивная борьба: [Метод. пособие для студентов фак. заоч. обучения ин-тов физ. культуры] / Чумаков Евгений Михайлович. - М.: ФиС, 1959. - 48 с.

4.Тышлер Д.А. Фехтование: техн. -такт, и функцион. тренировка / Д.А. Тышлер, Л.Г. Рыжкова. - М.: Акад. проект, 2010. - 183 с.: ил.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

[www.sambo.ru](http://www.sambo.ru)

[www.sambo70.ru](http://www.sambo70.ru)

[www.mossambo.ru](http://www.mossambo.ru)

[www.wikipedia.org](http://www.wikipedia.org)

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Организационно-методические особенности занятий в тренажерном зале», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:  
Обучающие программы:

**- Электронный учебник:**

Перечень обучающих, контролирующих компьютерных программ, видеофильмов:

– «Боевые искусства. Энциклопедия восточных единоборств», CD, 1995.

2.Волостных В.В. Энциклопедия боевого самбо / В.В. Волостных, А.Г. Жуков, В.А. Тихонов// 3 видеофильма VHS (по 90 мин), 1992.

3.Жуков А.Г. Боевое самбо для всех / А.Г. Жуков, В.А. Тихонов, О.А. Шмелев // видеофильм (120 мин), 1991.

4. Табаков С.Е. САМБО – первые шаги, / С.Е. Табаков //видеофильм

**программное обеспечение дисциплины (модуля):**

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

*–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

Информационно-технологическое обеспечение учебной дисциплины «Физическая культура: единоборства», представляет собой педагогическую систему, включающую в себя разделы - информационный и технологический.

Информационный раздел обеспечивает содержательный аспект подготовки студента и предоставляет ему и педагогу учебной информации, способствующей достижению поставленных дидактических целей. В качестве информационной составляющей предлагается дидактическая система, в которую входят разделы информационного взаимодействия преподавателя и обучающегося.

В дидактический комплекс информационного обеспечения учебной дисциплины «Физическая культура: единоборства» включены: рабочая программа дисциплины; курс лекций и альбом схем и наглядных пособий; информационно-справочная система, состоящая из глоссария качества образования и данных отраслевой библиотеки.

Формирование содержания и объема учебной программы подготовки бакалавра по единоборствам основано на необходимости отразить основные черты изучаемой проблемы (в частности, проблемы подготовки студента), а также решить задачи достижения во времени конечной цели, оценить степень соответствия содержания образования с требованиями реальной действительности (современной спортивной практики).

Практика преподавания данной дисциплины включает в себя разнообразные упражнения, требующие конкретизации их содержания.

Поединки по заданию – с установленными приоритетами на выполнение задания тренера.

Игровые упражнения в защитах и контрприемах – партнеры проводят непрерывную серию взаимодействий, состоящих из атак, защит с ответом и контрзащит с контрответом.

Ознакомление с приемом – создание правильного представления о действиях

Разучивание – формирование модели выполнения приема.

Совершенствование приема – многократное выполнение приема в различных условиях.

Соревновательные поединки – в моделируемых или реальных соревновательных условиях.

Тренировочные поединки – с решением заданной тренером технико-тактической задачи.

Упражнения без противника – выполнение всей группой или отдельными занимающимися основных положений и передвижений.

Упражнения с партнером – выполнение приемов в определенном взаимодействии двух занимающихся, предварительно организованные по парам.

**Самостоятельная работа** предлагает работу с научно-методической литературой, анализ методики и организации построения тренировочного процесса в единоборствах.

Студентам рекомендовано изучение научно-методической литературы по силовым видам спорта, составление планов тренировочных занятий, проведение педагогических наблюдений и их регистрация.

Студенты имеют возможность получить у преподавателя любую интересующую их информацию по изучению учебной программы, поиску литературы и т.д.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Кафедра Теории и методике единоборств располагает тремя методическими кабинетами, компьютерным классом и пятью полностью оборудованными специализированными залами для проведения различных видов единоборств.

Для более качественного освоения, а также демонстрации наглядного материала и пособий, требуются ученические доски, проекторы, компьютерная техника. Практические занятия проходят в аудиториях №№ 27 14, 32 спортивного корпуса. Аудитория №36, 36А (компьютерный класс) оборудована для проведения практических занятий с использованием компьютерной техники, имеет выход в Интернет.

Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Физическая культура: единоборства» для обучающихся института Спорта и физического воспитания, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка презентации и доклада по одному из видов единоборств	В течение срока освоения дисциплины	10
2	Опрос по теме: «Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств»	В течение срока освоения дисциплины	10
3	Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»	В течение срока освоения дисциплины	10
4	Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»	В течение срока освоения дисциплины	10
5	Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»	В течение срока освоения дисциплины	10
6	Опрос по теме: «Правовые основы применения единоборств»	В течение срока освоения дисциплины	10
7	Проведение учебного занятия	В течение срока освоения дисциплины	10
8	Посещение учебных занятий	В течение срока освоения дисциплины	10
	Сдача зачета		20
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

### Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»	15
3	Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»	15
4	Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»	15
5	Реферат по теме: «Общие основы единоборств»	20

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к дифференцированному зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются. К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.

Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Физическая культура: единоборства» для обучающихся института Спорта и физического воспитания, направления подготовки/ специальности 49.03.01 Физическая культура направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта заочной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методика единоборств  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

### III. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка презентации и доклада по одному из видов единоборств</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
2	<i>Опрос по теме: «Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств»</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
3	<i>Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
4	<i>Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
5	<i>Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
6	<i>Опрос по теме: «Правовые основы применения единоборств»</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
7	<i>Проведение части учебного занятия</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
8	<i>Посещение учебных занятий</i>	<i>В течение срока освоения дисциплины</i>	<i>10</i>
	<i>Сдача зачета</i>		<i>20</i>
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»</i>	15
3	<i>Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»</i>	15
4	<i>Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»</i>	15
5	<i>Реферат по теме: «Общие основы единоборств»</i>	20

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 50% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к дифференцированному зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ОД.14 «Единоборства»»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

49.03.01 Физическая культура

(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, очная (ускоренное обучение на базе СПО) и заочная,  
заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1,5 зачетных единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 3 очная форма обучения, 3 заочная форма обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):**

Основной целью дисциплины «Физическая культура: единоборства» является развитие личности студента, сформировать и активизировать качества необходимые в профессиональной деятельности.

Задачи курса:

- формирование у студентов методических основ обучения приемам в различных единоборствах;
- освоение (получение знаний и формирование умений) специально-подготовительных упражнений, технико-тактических действий единоборцев;
- развитие личностного потенциала и творческого мышления студентов;
- формирование у студентов системы знаний, умений, навыков необходимых для освоения дисциплины;
- повышение уровня двигательных возможностей студентов.

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП):**  
**ОК-8, ОПК-2, ПК-6**

**знать:**

- историю развития конкретного вида единоборства;

- основы теории и методики обучения единоборствам (содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной деятельности);
- правила обеспечения техники безопасности при занятиях единоборствами»
- принципы устройства основных спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и правила их эксплуатации;

**уметь:**

- определять величину нагрузок, адекватную возможностям индивида, и оценивать эффективность используемых средств и методов тренировки;
- осуществлять контроль эффективности техники движений, разрабатывать и использовать приемы ее совершенствования;
- оценивать уровень работоспособности занимающихся и вносить с учетом этого коррективы в тренировочный процесс.

**4. Краткое содержание дисциплины (модуля):  
Очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств	7	2	2	2		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	7			2		

<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	7		2	2		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	7			2		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	7		2	2		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	7		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	7		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	7		2	2		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	7		2	2		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	7		2			
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	7			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	7			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	7			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	7		2			
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	7		2	2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	7		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	7		2	2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							

	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	7	2	2			
	Психологические аспекты единоборств	7	2		2		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>		<b>Зачет 7 семестр</b>

### Очная (ускоренное обучение на базе СПО)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств	5	2	2	2		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	5			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и самостраховка	5		2	2		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	5			2		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	5		2	2		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	5		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	5		2	2		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	5		2	2		

	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	5		2	2		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	5		2			
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	5			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	5			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	5			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	5		2			
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	5		2	2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	5		2	2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	5		2	2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	5	2	2			
	Психологические аспекты единоборств	5	2		2		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>		<b>Зачет 7 семестр</b>

### Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							

Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	7	2	2	4		
Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	7			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>						
Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	7		2	4		
Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	7			4		
Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	7			4		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>						
Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	7		2	4		
Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	7			4		
Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	7			4		
Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	7			2		
Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	7			2		
Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	7			2		
Основы применения защит от предметов: нож	7			2		
Основы применения защит от предметов: пистолет	7			2		
Основы применения защит от предметов: палка	7			2		
Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	7			2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>						
Тактические действия в единоборствах: маневрирование	7			4		

	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	7			2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	7			2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	7			2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	7		2	4		
	Психологические аспекты единоборств	7			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>8</b>	<b>62</b>		<b>Зачет 7 семестр</b>

### Заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>1. Введение в курс дисциплины</b>							
	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	6	2	2	4		
	Гигиена и профилактика травматизма. Правила безопасности на занятиях единоборствами	6			2		
<b>2. Вспомогательные элементы техники единоборств</b>							
	Стойки, передвижения, захваты, освобождения от захватов Страховка и само страховка	6		2	4		
	Техника в видах единоборств. Подготовительные и основные упражнения	6			4		
	Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в теснение, в перетягивание	6			4		
<b>3. Основные элементы техники единоборств</b>							
	Техника бросков с акцентирующим воздействием руками и их комбинации	6			4		

	Техника бросков с акцентирующим воздействием ногами и их комбинации	6			4		
	Техника бросков с акцентирующим воздействием туловищем и их комбинации	6			4		
	Техника ударов руками: прямой, боковой, снизу и их комбинации	6			4		
	Техника ударов ногами: прямой, боковой и их комбинации	6			2		
	Защита от ударов руками, ногами. Уклоны, подставки и их комбинации	6			2		
	Основы применения защит от предметов: нож	6			2		
	Основы применения защит от предметов: пистолет	6			2		
	Основы применения защит от предметов: палка	6			2		
	Проведение студентами частей занятий по единоборствам.	6			2		
<b>4. Основы тактики в единоборствах</b>							
	Тактические действия в единоборствах: маневрирование	6			4		
	Тактические действия в единоборствах: вызов, угроза	6			2		
	Тактические действия в единоборствах: маскировка	6			2		
	Тактические действия в единоборствах: подавление	6			2		
<b>5. Правовые основы в единоборствах</b>							
	Правовые аспекты применения единоборств как средства самообороны	6		2	4		
	Психологические аспекты единоборств	6			4		
<b>Итого часов: 72</b>			<b>2</b>	<b>6</b>	<b>64</b>		<b>Зачет 6 семестр</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.15 Спортивные сооружения»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
**49.03.01. – Физическая культура**  
(код и наименование)

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

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная, очная (ускоренное обучение на базе СПО) и заочная,  
заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
**Гуманитарного Института**  
**Протокол № 47 от «21» мая 2015 г.**

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения  
заседания кафедры «Менеджмента и экономики спорта им.В.В.Кузина»  
(наименование)  
Протокол № 19 от « 21 » апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения  
заседания кафедры «Менеджмента и экономики спорта им.В.В. Кузина»  

---

  
(наименование)  
Протокол № 21 от « 10 » мая 2017 г.

Составитель:

**Объедкова Лариса Павловна** – старший преподаватель кафедры  
Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»  
**Логинова Ольга Александровна** – старший преподаватель кафедры  
Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент: Кошелева Анна Владимировна д.к., профессор кафедры «Рекламы  
связи с общественностью и социально-гуманитарных проблем»

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью дисциплины «Спортивные сооружения» является: изучение общих основ проектирования, строительства, ремонта и эксплуатации спортивных сооружений, предназначенных для занятий спортом, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий по месту жительства, в учебных заведениях, на производстве, спортивных клубах, в местах отдыха, в лечебных и оздоровительных учреждениях. Задачи изучения дисциплины: приобретение теоретических и методических знаний, практических навыков и умений, необходимых для самостоятельной педагогической и тренерской деятельности при работе на различных спортивных сооружениях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.В.ОД.15 «Спортивные сооружения» представляет собой самостоятельную дисциплину, относится к вариативной части образовательной программы по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» является обязательной дисциплиной.

Дисциплина интегрирована в общую систему подготовки бакалавров и взаимосвязана с другими ООП. Курс формирует исходные представления студентов для облегчения восприятия и освоения ими последующих блоков специальных управленческих дисциплин.

Дисциплина интегрирована в общую систему подготовки бакалавров и взаимосвязана с изучением таких дисциплин, как «История физической культуры», «Безопасность жизнедеятельности», «Экономика», «Менеджмент физической культуры и спорта».

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очная (укоренная) форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-23	<i>Знать:</i> структуру, классификацию, основные нормативные данные и специальные требования к спортивным сооружениям со спортивно-технической точки зрения	7(8)	5	10 (6 уск.)
	<i>Владеть:</i> навыками работы с проектной и нормативно-технической документацией	7(8)	5	10 (6 уск.)

			5	
<b>ПК-24</b>	<i>Знать:</i> основы по технической эксплуатации основных спортивных сооружений	7(8)	5	10 (6 уск.)
			5	
<b>ПК-25</b>	<i>Знать:</i> основы строительства простейших спортивных сооружений, не требующих больших затрат; основные положения об организации, проектированию, строительству и хозяйственной деятельности спортивных сооружений	7(8)	5	10 (6 уск.)
			5	
<b>ПК-26</b>	<i>Уметь:</i> выбрать места занятий, правильно и эффективно эксплуатировать различные физкультурно-спортивные сооружения и постоянно обеспечивать безопасность занимающихся и зрителей на спортивных объектах	7(8)	5	10 (6 уск.)

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часов.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	7(8)	4	6	10		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	7(8)	2	6	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	7(8)	2	4	10		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	7(8)	2	4	12		

<b>Итого часов:</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>42</b>	<b>Зачет с оценкой</b>
---------------------	-----------	-----------	-----------	------------------------

очная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	5	4	6	10		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	5	2	6	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	5	2	4	10		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	5	2	4	12		
<b>Итого часов:</b>			<b>10</b>	<b>20</b>	<b>42</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных	10	2	2	10		

	сооружений.						
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	10	2	2	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	10	-	2	20		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	10	-	2	20		
Итого часов:			4	8	60		Зачет с оценкой

заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	6	2		12		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	6	2		12		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	6	-	2	20		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	6	-	2	20		
Итого часов:			4	4	64		Зачет с оценкой

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (Приложения к рабочей программе дисциплины).

1. Контрольная работа
2. Эссе
3. Опрос
4. Реферат
5. Тестирование

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

1. Дифференцированный зачет

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.**

а) Основная литература:

1.Алешин В.В. Организационно-экономические аспекты деятельности спортивного комплекса: метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 032101: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.В. Алешин, Е.В. Кузьмичева. - М.: Физ. культура, 2009. - 115 с.: табл.

2.Рахматов А.И. Крупнейшие стадионы мира: учеб. пособие для преподавателей и студентов обучающихся по специальности "Менеджмент в спорте": рек. ред.-издат. советом ун-та / А.И. Рахматов; Моск. гос. ун-т путей сообщения (МИИТ), Каф. "Физ. воспитания и спорта". - М.: [Изд-во МИИТ], 2008. - 81 с.

3.Бурлаков И.Р. Специализированные сооружения для водных видов спорта: учеб. пособие для студентов акад. и ин-тов физ. культуры / Бурлаков Иван Романович, Неминуший Геннадий Петрович. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 285 с.: ил.

4.Алешин В.В. Организационно-экономические аспекты деятельности спортивного комплекса: метод. пособие для студентов, обучающихся по специальности 032101: рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.В. Алешин, Е.В. Кузьмичева. - М.: Физ. культура, 2009. - 115 с.: табл.

5.Аристова Л.В. Государственное регулирование развития сети физкультурно-спортивных сооружений: теорет. подходы к разработке концепции формирования федерал. целевой прогр. / Л.В. Аристова // Вестник спортив. науки. - 2003. - № 2. - С. 60-67.

6.Аристова Л.В. Физкультурно-спортивные сооружения для инвалидов: учеб. пособие для высш. и сред. проф. учеб. заведений: рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре и спорту / Аристова Людмила Вениаминовна. - М.: Сов. спорт, 2002. - 191 с.: табл.

7.Алешин В.В. Олимпийский комплекс "Лужники": менеджмент, маркетинг и экономика / В.В. Алешин. - М.: Сов. спорт, 2000. - 247 с.: ил.

8.Бассейны для плавания: свод правил по проектированию и строительству. СП 31-113-2004: Изд. офиц.: система норматив. документов в строительстве / Федер. агентство по физ. культуре и спорту (Росспорт России), Федер. агентство по строительству и жилищ.-коммун. комплексу (Росстрой России). - М.: Сов. спорт, 2005. - 67 с.: ил.

9.Физкультурно-спортивные залы: СП 31-112-2004. Ч. 1: Залы размером до 36x18 м. и залы 42x24 м. для спортив. гимнастики. - М.: Технорматив, 2009. - 137 с.: ил.

10. Физкультурно-спортивные залы: свод правил по проектированию и строительству. СП 31-112-2004: Изд. офиц.: система норматив. документов в строительстве. Ч. 1 / Федер. агентство по физ. культуре и спорту (Росспорт), Федер. агентство по строительству и жилищ.-комму. комплексу (Росстрой). - М.: Сов. спорт, 2005. - 136 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Булычев А. Влияние экологических факторов воздушной среды на эксплуатацию спортивных сооружений // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы: Тез. докл. Междунар. конгр. - М., 1998. - Т. 2. - С. 512.

2. Белов Ю.М. Экологические аспекты структуры и спортивной технологии олимпийских спортивно-зрелищных комплексов в современных мегаполисах / Ю.М. Белов // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: Материалы конф., 24-27 мая 2003 г.: 7 Междунар. науч. конгр. - М., 2003. - Т. 2. - С. 301-302.

3. Белоусов В.В. Отопление спортивных сооружений // Теория и практика физ. культуры. - 1991. - № 6. - С. 56-58.

4. Белых А. Чтобы и зрителям и спортсменам было все видно: разработ. осветит. установки / Александр Белых // Строительство и эксплуатация спортивных сооружений. - 2012. - № 6. - С. 38-39.

5. Василев И. Освещение спортивных бассейнов / Иван Василев // Строительство и эксплуатация спортивных сооружений. - 2012. - № 10. - с. 20-21.

6. Васильев Г.Г. Общественные организации как субъекты деятельности в сфере физкультуры и спорта / Г.Г. Васильев // Спорт и здоровье: Первый междунар. науч. конгр., 9-11 сент. 2003 г., Россия, СПб.: (материалы конгр.) / С.-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. - СПб., 2003. - Т. 2. - С. 181-184.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. [http://www.thsport.ru/info\\_docs/poleznie\\_statji/%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D1%81%D0%BE%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9.pdf](http://www.thsport.ru/info_docs/poleznie_statji/%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%B8%D1%84%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D1%81%D0%BE%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9.pdf)
2. <http://fb.ru/article/199891/sportivnoe-sooruzenie-vidyi-i-normativyi-po-bezopasnosti-klassifikatsiya-sportivnyih-sooruzeniy>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

д) *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- a. Операционная система – Microsoft Windows.
  - b. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
  - c. Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
  - d. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - AdobeAcrobatDC.
- e) *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*
- a. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
  - b. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
  - c. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Спортивные сооружения для обучающихся института спорта и физического воспитания 4,5 курсов, 1-18 группы направления подготовки/специальности 49.03.01 – Физическая культура направленности (профилю) Физическая культура  
очная и заочная формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

Сроки изучения дисциплины: 7 семестр (ы) – очная форма обучения (2,3 поток)

8 семестр (ы) – очная форма обучения (1 поток)

10 семестр (ы) – заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *дифференцированный зачет.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup>	Максимальное кол-во баллов
1	Письменная работа по теме «Учебное оборудование и инвентарь»	4 неделя	10
2	Выступление на семинаре	5 неделя	5
3	Выполнение практического задания по разделу «Эксплуатация физкультурно- спортивных сооружений»	6-7 недели	10
4	Письменная работа по теме «Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях»	8 неделя	5
5	Самостоятельная работа (эссе)	9 неделя	10
6	Контрольное тестирование по разделу «Основы проектирования, строительства и учета физкультурно- спортивных сооружений»	10 неделя	15

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

7	Написание реферата с презентацией	11-13 недели	15
	<b>Дифференцированный зачет</b>		30
	<b>ИТОГО</b>		<b>100 баллов</b>

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Письменная работа по теме «Учебное оборудование и инвентарь»	5
2	Выполнение практического задания по разделу «Эксплуатация физкультурно- спортивных сооружений»	5
3	Письменная работа по теме «Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях»	5
4	Контрольное тестирование по разделу «Основы проектирования, строительства и учета физкультурно- спортивных сооружений»	5
5	Написание реферата с презентацией	10

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Не зачтено		Зачтено			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

**Шкала успеваемости по дисциплинам (модулям) при проведении текущего  
контроля успеваемости**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Гуманитарный Институт**

**Кафедра менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ОД.15 Спортивные сооружения»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:  
**49.03.01. – Физическая культура**  
(код и наименование)

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

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная, очная (ускоренное обучение на базе СПО) и заочная,  
заочная (ускоренное обучение на базе ВПО)**

Год набора 2015 г.

Москва – 2017г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:**

7(8) семестр – очная форма обучения, 10 семестр – заочная форма обучения.

**3.Цель освоения дисциплины:**

Целью дисциплины «Спортивные сооружения» является, изучение общих основ проектирования, строительства, ремонта и эксплуатации спортивных сооружений, предназначенных для занятий спортом, массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий по месту жительства, в учебных заведениях, на производстве, спортивных клубах, в местах отдыха, в лечебных и оздоровительных учреждениях. Задачи изучения дисциплины: приобретение теоретических и методических знаний, практических навыков и умений, необходимых для самостоятельной педагогической и тренерской деятельности при работе на различных спортивных сооружениях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине  наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очная (ускоренная) форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
ПК-23	<i>Знать:</i> структуру, классификацию, основные нормативные данные и специальные требования к спортивным сооружениям со спортивно-технической точки зрения	7(8)	5	10 (6 уск.)
	<i>Владеть:</i> навыками работы с проектной и нормативно-технической документацией	7(8)	5	10 (6 уск.)
			5	
ПК-24	<i>Знать:</i> основы по технической эксплуатации основных спортивных сооружений	7(8)	5	10 (6 уск.)
			5	
ПК-25	<i>Знать:</i> основы строительства простейших спортивных сооружений, не требующих больших затрат; основные положения об организации, проектированию, строительству и хозяйственной деятельности спортивных сооружений	7(8)	5	10 (6 уск.)
			5	

<b>ПК-26</b>	<i>Уметь:</i> выбрать места занятий, правильно и эффективно эксплуатировать различные физкультурно-спортивные сооружения и постоянно обеспечивать безопасность занимающихся и зрителей на спортивных объектах	7(8)	5	10 (6 уск.)

## 5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	7(8)	4	6	10		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	7(8)	2	6	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	7(8)	2	4	10		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	7(8)	2	4	12		
<b>Итого часов:</b>			<b>10</b>	<b>20</b>	<b>42</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

очная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	5	4	6	10		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	5	2	6	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	5	2	4	10		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	5	2	4	12		
<b>Итого часов:</b>			<b>10</b>	<b>20</b>	<b>42</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	10	2	2	10		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	10	2	2	10		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	10	-	2	20		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	10	-	2	20		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>8</b>	<b>60</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

заочная (ускоренная) форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Основы проектирования, строительства и учета физкультурно-спортивных сооружений.	6	2		12		
2	Эксплуатация физкультурно-спортивных сооружений.	6	2		12		
3	Требования к местам занятий физическими упражнениями и спортом на плоскостных и крытых спортивных сооружениях.	6	-	2	20		
4	Учебное оборудование и инвентарь.	6	-	2	20		
<b>Итого часов:</b>			<b>4</b>	<b>4</b>	<b>64</b>		<b>Зачет с оценкой</b>

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(Автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная ускоренная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Институт спорта и физического воспитания  
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
Протокол № 31 от «11» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
Протокол № 30 от «10» мая 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
Протокол № 29 от «30» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
(наименование)  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Цыганков Эрнест Сергеевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Зудин Владислав Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (автомобильный и мотоциклетный спорт):

Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

- Обучение и совершенствование техники обучения транспортными средствами.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков, необходимых в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Развитие индивидуальных двигательных качеств.
- Развитие морально-волевых качеств необходимых спортсмену в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в управлении спортивной формой в годичном и многолетнем циклах тренировки.
- Обучение мерам обеспечения безопасности при организации занятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в судействе соревнований по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков по работе со спортивной техникой и экипировкой гонщика.

- Приобретение спортивной квалификации по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Приобретение квалификации судьи в избранном виде спорта. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП).**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (автомобильный и мотоциклетный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Программный материал курса СПС логично взаимосвязан с основным циклом аудиторных занятий по дисциплине «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта».

Кроме этого, программный материал опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что позволяет строить учебный процесс на основе междисциплинарных связей.

Курс СПС предусматривает подготовку студентов к различным видам профессиональной деятельности в качестве тренера-преподавателя, инструктора-методиста, организатора коллектива физической культуры и спорта (общеобразовательной школы, ДЮСШ, горного клуба), судьи по спорту, а также как специалиста по научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной деятельности. Освоение программы СПС обеспечивает формирование практических навыков в избранном виде спорта и формирование профессиональных качеств специалиста, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

Программа предусматривает примерное распределение учебной нагрузки по разделам, темам и курсам обучения. Допускается частичная корректировка графика прохождения программного материала в зависимости от состояния материально-технической базы кафедры и реальных возможностей

преподавательского (инструкторского) состава. Допускается сотрудничество с другими кафедрами и специализациями РГУФКСМиТ (факультативные занятия), а также другими учебными заведениями (согласно Болонскому соглашению). Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> </ul>	1-2		

	– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.			
	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4		
ОПК-3	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	7-8		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8		
ОПК-5	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга</p>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта</p>	7-8		
ОПК-8	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по фридайвингу</p>	3-4		

	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в подводных видах спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-11</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-14</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть техникой подводных видов спорта</li> </ul>	3-4		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-15</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</li> <li>– оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.</li> </ul>	7-8		

## 1. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часов, самостоятельная работа студентов – 604 часов

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 180 часов (6 зачётных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>151</b>		<b>экзамен</b>
<b>1</b>	<b>МОДУЛЬ 1. Нормативно- правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)</b>		<b>20</b>	<b>151</b>		
1.1	Терминология АиМС (Глоссарий по автомобильному спорту)		4	36		
1.2	Спортивная классификация автомобилей и мотоциклов		4	30		
1.3	Законодательная база в области спорта		4	30		
1.4	Спортивный кодекс, приложения к нему		4	31		
1.5	Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России		4	24		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачётные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>2</b>	<b>МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства</b>		<b>20</b>	<b>151</b>		
2.1	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)		4	40		
2.2	Игровые упражнения		4	34		
2.3	Ознакомление с методами		4	30		

	обучения (фронтальный, поточный, круговой)					
2.4	Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение)		4	27		
2.5	Портрет начинающего педагога		4	20		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачётные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>3</b>	<b>МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований</b>		<b>10</b>	<b>62</b>		
3.1	Стационарные трассы		2	18		
3.2	Временные трассы		2	20		
3.3	Организационно-методические основы планирования УТЗ на различных типах гоночных трасс		2	10		
3.4	Обеспечение безопасности трасс		2	8		
3.5	Контроль тренировочного процесса и его эффективности на гоночной трассе		2	6		
<b>4</b>	<b>МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий</b>	<b>10</b>	<b>89</b>	<b>10</b>		
4.1	Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей	4	10	4		
4.2	Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ	2	8	2		
4.3	Подготовка спортивных соревнований и проведение соревнований	2	6	2		
4.4	Результаты соревнования	2	6	2		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачётные единицы)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>5</b>	<b>МОДУЛЬ 5. Организация деятельности спортивной команды</b>		<b>10</b>	<b>62</b>		
5.1	Создание спортивной команды		6	22		
5.2	Функционирование спортивной команды			20		
5.3	Экономические основы деятельности команды		4	20		
<b>6</b>	<b>МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность</b>		<b>10</b>	<b>89</b>		
6.1	Ознакомление с порядком		4	30		

	организации спортивного соревнования					
6.2	Ознакомление с системой проведения соревнования		2	20		
6.3	Составление протокола соревнования		2	20		
6.4	Отбор спортсменов и подбор персонала		2	19		
<b>Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» (автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

**5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1-го года обучения очной формы (2 семестр).**

**Вопросы для устного ответа:**

- 1.** Глоссарий по автомобильному спорту. Нормативные документы автомобильного спорта. Терминология и определения, используемые в автомобильном спорте.
- 2.** Классификация транспортного средства (ТС). История развития классификации автомобилей, первые автомобильные соревнования. Задачи разделения транспортных средств и автомобилей на категории, классы. Зачётные группы.
- 3.** Спортивная классификация автомобилей. Особенности транспортных средств для различных дисциплин автомобильного спорта. Разделение автомобилей на категории. Разделение автомобилей на классы. Объединение автомобилей в зачётные группы.
- 4.** Законодательная база в области спорта. Федеральные Законы «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Об общественных объединениях», «О некоммерческих организациях». Структура, иерархия и содержание спортивной нормативной базы.
- 5.** Роль и место спортивной Федерации в спортивном процессе. Устав, цели и задачи Федерации. Юридические и физические лица – участники спортивного процесса, взаимодействие юридических и физических лиц в процессе подготовки и проведения соревнований.
- 6.** Формы регистрации юридических лиц (НП, АНО, ОАО, ЗАО, Государственное и общественно-государственное предприятие, Общественная организация).

7. Спортивные кодексы, приложения к ним. Спортивные кодексы авто и мотоспорта, Международный спортивный кодекс ФИА, Международные спортивные кодексы ФИМ, УЕМ, ИМБА, приложения к ним.
8. Рекомендации по безопасности спортивных гоночных трасс. Рекомендации по наблюдению за проведением соревнований.
9. Требования к водителям (спортсменам). Лицензирование в автотоспорте (Водители, Спортсмены, Участники, Судьи, Трассы, Организаторы), требования к выдаче лицензий.
10. Особенности правил соревнований различных дисциплин автомобильного спорта. Особенности правил соревнований различных дисциплин мотоциклетного спорта.
11. Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России. Положение о проведении чемпионатов, первенств и Кубков России Министерства по физической культуре, спорту, туризму и молодежной политике.
12. Документ «Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России». Положения о всероссийских мотосоревнованиях I уровня.
13. Регламенты чемпионатов, первенств и Кубков России. Особенности системы зачёта для различных соревнований. Требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
14. Правила организации рекордных попыток. Классификация наземных транспортных средств для рекордных попыток. Порядок признания и регистрации рекордов. Мировые рекорды, рекорды России.

#### **5.2.2 Содержание зачетных требований для студентов 2-го года заочной формы обучения (4 семестр).**

1. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Разминка в авто-мото спорте.
2. Общая разминка. Содержание, дозировка, методика проведения. Средства. Циклические упражнения. Общеразвивающие упражнения (ОРУ).
3. Проведение общей разминки. Подбор ОРУ. Составление плана-конспекта. Демонстрация упражнений. Организация учебной группы. Специальные упражнения на мотоцикле-тренажере.
4. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) в начальной подготовке мотоспортсменов. Составление комплекса ОРУ для подготовительной части урока. Составление комплекса урока по ОФП. Демонстрация (показ) ОРУ. ОРУ на внимание, игрового характера.
5. Составление комплексов ОРУ оздоровительной направленности. Комплексы ОРУ специальной направленности.
6. Подготовка конспектов занятий с группами начинающих спортсменов. Специальные упражнения на мотоцикле, используемом в качестве тренажера.
7. Игровые упражнения. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода: активные межличностные и межгрупповые отношения.
8. Характеристика игрового метода: разнообразие приемов, способов достижения цели, комплексное совершенствование качеств, высокая эмоциональность, высокая

- инициативность и самостоятельность занимающихся, ограниченная возможность дозирования нагрузки.
9. Ознакомление с методами обучения (фронтальный, поточный, круговой). Групповой способ обучения. Использование поточного, фронтального и кругового методов. Этапы обучения. Особенности обучения в экстремальных условиях движения.
  10. Педагогические особенности группового обучения. Одновременное обучение группы из 4, 6, 8, 12 транспортных средств.
  11. Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение).
  12. Методика преподавания. Терминология. Последовательность обучения. Объяснение задач упражнения. Способы проведения демонстрации.
  13. Координационные особенности изучаемых приемов. Методы регулирования тренировочных нагрузок. Ступенчатое повышение скоростного режима. Применение предельных нагрузок. Способы оценки работоспособности. ЧСС как индикатор нагрузки.
  14. Проведение экспресс-анализа видеоматериалов тестирования. Определение характерных ошибок в технике выполнения приемов.
  15. Сопоставление объективных показателей (уровень ЧСС и временной норматив) с анализом техники выполнения и координацией движения. Определение реальных резервов и способов самосовершенствования.
  16. Портрет начинающего педагога. Социальный портрет. Возраст, Образование. Призвание. Педагогические способности. Сфера применения знаний, умений, навыков. Педагогическая специализация: вид и дисциплины АиМС. Спортивная история: стаж занятий, спортивные результаты. Характер педагогической деятельности: начальный уровень, совершенствование мастерства, высшее мастерство.
  17. Профессиональный портрет. Компетенции в организационной, методической, практической деятельности. Психологические кондиции. Творческие способности. Аналитическая деятельность. Ретрансляция знаний. Авторитетность. Воспитанность. Дисциплинированность. Человеколюбие. Устойчивость психики.

### **5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов 3-го года обучения очной формы обучения (6 семестр).**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс спортивных соревнований.
2. Требования к проектированию и строительству стационарных гоночных трасс. Обеспечение безопасности стационарных трасс (конструкция и организационные меры).

3. Паспорт трассы, лицензирование. Выбор места под расположение, строительство и обустройство трассы.
4. Факторы, влияющие на экономическую составляющую проектирования и строительства трассы.
5. Службы обеспечения стационарной трассы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), номенклатура, состав, функционирование. Людские ресурсы, управление персоналом. Штатные сотрудники, временные работники, обеспечивающие службы, судейский персонал, волонтеры.
6. Смета строительства и обеспечения функционирования. Управление трассой, подготовка и проведение соревнований, проведение УТС, тест-драйвов, корпоративных мероприятий, непрофильное использование (шоу, концерты, фестивали, праздники).
7. Экономические особенности эксплуатации трассы, реклама, спонсоры, ТВ, Пиар-мероприятия, кризисное управление, диверсификация рисков, экологический, рекреационный и семейный туризм.
8. Временные трассы. Выбор трассы для проведения соревнований, в зависимости от вида и уровня соревнований.
9. Подготовка и принятие разрешительной документации на проведение соревнования, утверждение оргкомитета, регламента и маршрута соревнования.
10. Особенности трасс соревнований. Схемы трасс, ошибки при выборе. Обеспечение безопасности временных трасс.
11. Подготовка трассы к проведению соревнования, необходимое оборудование, персонал, подготовка и поддержание покрытия трассы.
12. Методы обеспечения безопасности. Профилактика, подготовка, службы безопасности (охрана, медицина, противопожарная, ГО и ЧС), организация тренировок вне спортивных сооружений.
13. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий. Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей.
14. Положение о Всероссийской коллегии судей. Перечень должностей судейской коллегии соревнований. Подготовка и повышение квалификации судей.
15. Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ. Особенности и задачи общественных органов по управлению автомобильным спортом.
16. Структура, состав, права и обязанности общественных органов федерации. Формализация деятельности общественных органов (собрания, ведение протоколов).
17. Временные трассы для обучения и тренировки. Выбор мест проведения обучающих и тренировочных занятий для различных дисциплин автоспорта.
18. Организация тренировочного процесса на дорогах общего пользования и закрытых территориях. Особенности обеспечения безопасности обучения и тренировок.
19. Подготовка спортивных соревнований. Оргкомитет соревнований, состав, порядок утверждения, цели и задачи. Подбор судейской бригады, минимально необходимый состав официальных лиц, квалификация.
20. Положение (регламент) соревнования, содержание, особенности положений для различных дисциплин автоспорта.

21. Программа соревнований, содержание, информация для зрителей и участников.
22. Оборудование для проведения соревнований (оргтехника, расходные материалы, судейское оборудование, оборудование безопасности).
23. Расписание проведения соревнований. Соблюдение расписания. Форс-мажор. Коллегия спортивных комиссаров автоспорта, Главная судейская коллегия мотоспорта, регламент работы, обеспечение деятельности, протоколы КСК и ГСК. Работа наблюдателя на соревнованиях, роль и задачи.
24. Безопасность проведения соревнований, план безопасности, ответственные лица. Спортивные наказания, порядок наложения, штрафы, замечания, протесты, порядок рассмотрения, апелляции.
25. Обеспечивающие службы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), состав и задачи.
26. Результаты соревнования. Подведение итогов, результаты, протоколы соревнований, награждение. Аварии, травмы, отчеты о происшествиях.
27. Экономика организации и проведения соревнований, стартовые взносы, стартовые и призовые выплаты, спонсорский пакет, реклама, ТВ.
28. Кризисное управление, оптимизация затрат на проведение соревнований.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов 4-го года обучения очной формы обучения (8 семестр).**

##### **Вопросы для устного ответа:**

1. Создание спортивной команды. Цели и задачи создания спортивной команды.
2. Материальное обеспечение команды (помещение, оборудование, транспортная, спортивная и вспомогательная техника, запасные части, ГСМ).
3. Функционирование спортивной команды. Персонал команды, структура, наполнение, квалификация, подчиненность, надёжность, создание «командного духа». Управление персоналом.
4. Техника для спорта, выбор основного класса, подготовка к соревнованиям, обслуживание в период соревнований, планово-предупредительный ремонт, ремонт. Участие в соревнованиях.
5. Календарь, командировки, обеспечение выездов. Действия команды в период проведения соревнований. Участник, механики, тренер, врач, вспомогательный персонал, расстановка сил, материальное обеспечение. Расписание работ, логистика.
6. Экономические основы деятельности команды в период подготовки и участия в соревнованиях. Бюджет команды, составляющие расходной части. Договорные отношения, создание, подписание и ведение договоров.
7. Привлечение средств для функционирования команды; спонсорский пакет, привлечение спонсора, реклама, работа с Пиар – агентствами, ТВ, отработка спонсорских вложений, участие в Пиар – акциях спонсора, отчеты, создание и функционирование Фан-клуба.
8. Прикладная (непрофильная) деятельность: платная подготовка водителей, повышение водительского мастерства, тюнинг, сувенирная продукция.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно- педагогическое совершенствование»**

### **Основная литература**

#### **Основная литература**

##### **Учебник**

1. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для студентов вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд., перераб. и доп. / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с.: ил.

##### **Учебные пособия**

2. Бариеников Е.М. Инновационная педагогическая технология – «Метод групповой подготовки начинающих водителей категории «В»: учебное пособие с применением технических средств обучения и системы контроля уровня подготовленности/ Бариеников Е.М., Николаев А.Н. – М. : ООО «Принт Центр» , 20007 – 53с.; ил.
3. Бариеников Е.М. Педагогическая технология групповой подготовки начинающего спортсмена в автомобильном спорте: учебное пособие / Бариеников Е.М.– М. : ООО «Принт Центр» , 2014 – 64с.; ил.
4. Ушаков С.В. Руководство для судей на трассе. – М., РАФ, 2009.
5. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика /Д.Н. Франчук. – К. : ООО «Иван Федоров», 2007. – 320 с.; ил.
6. Цыганков Э.С. Школа профессионального мастерства военного водителя: учеб. – метод. пособие для дополнительного профессионального образования военных водителей. ООО «Альди-Принт» М., 2011
7. FIA. 43 Edition Yearbook of Automobile sport. 2009

#### **Дополнительная литература**

8. FIA Institute for Motor Sport Safety. A Driver's Guide to Safe Motor Sport. 2006
9. FIA Institute for Motor Sport Safety. Anti-doping Guide for Drivers. 2006
10. Атоян А.К. Формула-1 М. Илби. 1995
11. Бариеников Е. М. Контраварийная тренажерная подготовка в автомобильном спорте: пособие для спортсменов и тренеров СТК ДОСААФ / Е. М. Бариеников, Э. С. Цыганков. – М.: ЦАМК ДОСААФ СССР, 1988.
12. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
13. Бекман В.В. Гоночные автомобили. М. Машиностроение 1982
14. Бекман В.В. Гоночные мотоциклы. М. Машиностроение 1983

15. Блеер А.Н., Цыганков Э.С. Защитное вождение автомобиля (активная безопасность водителя) учебное пособие для студентов по специальности 13.00.08 (теория и методика профессионального образования автоспортсменов и водителей) М. 2003
16. Богданов О.А., Цыганков Э.С. Основы мастерства. Азбука начинающего автоспортсмена. М. Изд-во ДОСААФ СССР 1986
17. Боуш Р. Л. Прогнозирование спортивных результатов в мотоциклетном спорте: метод. разработка ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1992.
18. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Атлас добровольного спасателя. М. АСТ. Астрель, 2004
19. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. М. АСТ. Астрель, 2004
20. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Износ и безызносность" Издательство МСХА Москва 2001 г.
21. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Конструирование, изготовление, эксплуатация машин" Издательство МСХА Москва 2002 г.
22. Горбачев М.Г. Экстремальное вождение. Гоночные секреты. М. Рипол классик 2006
23. Горбачев М.Г. Энциклопедия безопасного вождения в экстремальных условиях. М. Рипол классик 2007
24. Градусов В.А. Общая физическая подготовка в тренировочном процессе мотокроссмена: методическая разработка для студентов спортивного факультета ГЦОЛИФКа / В. А. Градусов, А. М. Федоткин. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1985.
25. Долбиш А.А., Ипатенко А.В., Шугуров Л.М. Биография быстрых колёс. СП «Принди» 1993
26. Ежегодник автомобильного спорта 2009 года. Составитель С.В.Ушаков. М. Ринфо 2009
27. Информационный сборник по мотоциклетному спорту 2007 года. Составитель Г.И. Шулик, НРМФ 2007
28. Кириллова Г.Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: учебник для населения. М. НЦ ЭНАС 2001
29. Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995.
30. Питер Ф. Друкер. Друкер на каждый день. 366 советов по мотивации и управлению временем. М. Вильямс 2007.
31. Питер Ф. Друкер. Задачи менеджмента в XXI веке. М. Вильямс. 2007.
32. Питер Ф. Друкер. Менеджмент в некоммерческой организации: принципы и практика. М. Вильямс 2007.
33. Питер Ф. Друкер. Менеджмент: задачи, обязанности и практика. М.Вильямс 2008.
34. Питер Ф. Друкер. Энциклопедия менеджмента. М. Вильямс 2006.
35. Питер Ф. Друкер. Эффективный руководитель. М. Вильямс 2008.
36. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006.
37. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов / А.В. Родионов. – М.: Академический проект, фонд «Мир», 2004.
38. Руководство для судей. Составитель Ушаков С.В. М. Ринфо 2008
39. Сигуринди Э.Г. Автомобильный спорт М. Изд-во ДОСААФ СССР. Часть 1 и 2 1982

40. Спортивная медицина: учебник для институтов физ. культуры / под ред. В.Л. Карпмана. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
41. Тодоров М.Р. Картинг России. СПб, «Акцидент» 2002
42. Трофимец Ю.И. Мотокросс (обучение и тренировка) / Ю. И. Трофимец. – М.: ДОСААФ 1990.
43. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика. Киев «Иван Федоров» 2007
44. Контраварийная подготовка в автомобильном спорте: учеб. пособие для студентов базового, тренерского и заочного факультетов ГЦОЛИФКа / Э. С. Цыганков. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.
45. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 1. Контраварийная подготовка водителей категории «Д» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1994.
46. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
47. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 3. Контраварийная подготовка водителей категории «В» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
48. Цыганков Э.С. Высшая школа водительского мастерства. Учебник для ВУЗов. М. ИКЦ «Академкнига» 2007
49. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд. , перераб. и доп. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с. : ил.
50. Цыганков Э.С. Академия водительского мастерства. 150 приемов контраварийного вождения /Э.С. Цыганков, С.С. Воробьев. – М.: РИПОЛ касик, 2009. – 352 с.: ил. – (Высшая школа водительского мастерства).
51. Якокка Ли. Карьера менеджера. М. «Прогресс». 1990

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

***Зарубежные базы данных:***

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов. Наличие транспортных средств для проведения практических занятий, специальных тренажерных устройств для отработки технических приемов, формирования

умений и навыков. Разметочное оборудование и радиосвязь, секундомеры, сигнальные флаги. Видео и фото оборудование.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 3 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **3-6 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **6 семестр - зачет**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

*Виды работы студентов на занятиях*

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Участие в походе «на выживание».	В соответствии с планом кафедры	5 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины автомобильного и мотоциклетного спорта, тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники скоростного руления».	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнение требований по физической и тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов

9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов
10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований	Весь период	5 баллов
11.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5 баллов
12.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке авто и мотогонщиков.	В течение семестра	5 баллов
13.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей	В течение семестра	5 баллов
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10 баллов
15.	Дифференцированный зачёт	По расписанию	20 баллов
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

### ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (авто и мотоспорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 3 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

#### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7- 9 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **9 семестр - экзамен**

#### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ.

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	<b>Выступление по темам:</b>		
1.1	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
1.2	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
1.3	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
2	<b>План-конспект и проведение занятия</b> «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
3	<b>Реферат по теме:</b> Особенности обеспечения безопасности учебных занятий по авто и мотоспорту	В течение семестра	10 баллов
4	<b>Творческое задание (презентация) по теме:</b> «Особенности Классификация и технические требования к автомобилям, участвующим в спортивных соревнованиях. Классификация мотоциклов».	В течение семестра	10 баллов
5	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки автогонщиков».	В течение семестра	5 баллов

6	Реферат по теме: «требования безопасности спортивных трасс и организации соревнований».	В течение семестра	5 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
11.	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
12.	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра** ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(Автомобильный и мотоциклетный спорт)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *ускоренная заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8.

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**  
**заочная ускоренная** форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Автомобильный и мотоциклетный спорт)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Нормативно-правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)	1-2	20	184		Экзамен
2	МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства	3-4	20	174		Экзамен
3	МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автмотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований	5-6	10	60		Экзамен
4	МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий		10	168		
5	Модуль 5. Организация деятельности спортивной команды	7-8	10	60		Экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность		10	47	<b>9</b>	
<b>Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(Автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Институт спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
(наименование)  
Протокол № 32 от «30» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
(наименование)  
Протокол № 36 от «22» мая 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры

---

(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители:

Цыганков Эрнест Сергеевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Зудин Владислав Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

---

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (автомобильный и мотоциклетный спорт):

Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

- Обучение и совершенствование техники обучения транспортными средствами.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков, необходимых в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Развитие индивидуальных двигательных качеств.
- Развитие морально-волевых качеств необходимых спортсмену в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в управлении спортивной формой в годичном и многолетнем циклах тренировки.
- Обучение мерам обеспечения безопасности при организации занятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в судействе соревнований по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков по работе со спортивной техникой и экипировкой гонщика.

- Приобретение спортивной квалификации по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Приобретение квалификации судьи в избранном виде спорта. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП).**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (автомобильный и мотоциклетный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Программный материал курса СПС логично взаимосвязан с основным циклом аудиторных занятий по дисциплине «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта».

Кроме этого, программный материал опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что позволяет строить учебный процесс на основе междисциплинарных связей.

Курс СПС предусматривает подготовку студентов к различным видам профессиональной деятельности в качестве тренера-преподавателя, инструктора-методиста, организатора коллектива физической культуры и спорта (общеобразовательной школы, ДЮСШ, горного клуба), судьи по спорту, а также как специалиста по научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной деятельности. Освоение программы СПС обеспечивает формирование практических навыков в избранном виде спорта и формирование профессиональных качеств специалиста, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

Программа предусматривает примерное распределение учебной нагрузки по разделам, темам и курсам обучения. Допускается частичная корректировка графика прохождения программного материала в зависимости от состояния материально-технической базы кафедры и реальных возможностей

преподавательского (инструкторского) состава. Допускается сотрудничество с другими кафедрами и специализациями РГУФКСМиТ (факультативные занятия), а также другими учебными заведениями (согласно Болонскому соглашению). Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> </ul>	1-2		

	– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.			
	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4		
ОПК-3	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	7-8		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8		
ОПК-5	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга</p>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта</p>	7-8		
ОПК-8	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по фридайвингу</p>	3-4		

	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в подводных видах спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-11</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-14</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть техникой подводных видов спорта</li> </ul>	3-4		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-15</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</li> <li>– оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.</li> </ul>	7-8		

## 1. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены –45часов, аудиторных занятий –100 часов, самостоятельная работа студентов –575часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162часов (5 зачётных единицы)</b>		<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>МОДУЛЬ 1. Нормативно- правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>		
1.1	Терминология АиМС (Глоссарий по автомобильному спорту)		4	36		
1.2	Спортивная классификация автомобилей и мотоциклов		4	38		
1.3	Законодательная база в области спорта		4	30		
1.4	Спортивный кодекс, приложения к нему		4	20		
1.5	Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России		4	9		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 144часов (4 зачётные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>2</b>	<b>МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства</b>	<b>3</b>	<b>10</b>	<b>80</b>		
2.1	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)		2	22		
2.2	Игровые упражнения		2	18		
2.3	Ознакомление с методами обучения (фронтальный,		2	18		

	поточный, круговой)					
2.4	Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение)		2	14		
2.5	Портрет начинающего педагога		2	8		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 144 часов (4 зачётные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>16</b>	<b>128</b>		<b>Диффер. зачёт</b>
<b>3</b>	<b>МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>64</b>		
3.1	Стационарные трассы		4	16		
3.2	Временные трассы		4	14		
3.3	Организационно-методические основы планирования УТЗ на различных типах гоночных трасс		4	12		
3.4	Обеспечение безопасности трасс		2	14		
3.5	Контроль тренировочного процесса и его эффективности на гоночной трассе		2	8		
<b>4</b>	<b>МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>64</b>		
4.1	Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей		2	18		
4.2	Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ		2	16		
4.3	Подготовка спортивных соревнований и проведение соревнований		2	16		
4.4	Результаты соревнования		2	14		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часов (5 зачётные единицы)</b>		<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>5</b>	<b>МОДУЛЬ 5. Организация деятельности спортивной команды</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>		
5.1	Создание спортивной команды		10	52		
5.2	Функционирование спортивной команды		6	41		
5.3	Экономические основы деятельности команды		4	40		

<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачётные единицы)</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>6</b>	<b>МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность</b>		<b>20</b>	<b>79</b>		
6.1	Ознакомление с порядком организации спортивного соревнования		6	20		
6.2	Ознакомление с системой проведения соревнования		6	20		
6.3	Составление протокола соревнования		4	20		
6.4	Отбор спортсменов и подбор персонала		4	19		
<b>Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

### **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» (автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

**5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

#### **5.2.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1-го года обучения очной формы (2 семестр).**

**Вопросы для устного ответа:**

- 1.** Глоссарий по автомобильному спорту. Нормативные документы автомобильного спорта. Терминология и определения, используемые в автомобильном спорте.
- 2.** Классификация транспортного средства (ТС). История развития классификации автомобилей, первые автомобильные соревнования. Задачи разделения транспортных средств и автомобилей на категории, классы. Зачётные группы.
- 3.** Спортивная классификация автомобилей. Особенности транспортных средств для различных дисциплин автомобильного спорта. Разделение автомобилей на категории. Разделение автомобилей на классы. Объединение автомобилей в зачётные группы.
- 4.** Законодательная база в области спорта. Федеральные Законы «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Об общественных объединениях», «О

некоммерческих организациях». Структура, иерархия и содержание спортивной нормативной базы.

5. Роль и место спортивной Федерации в спортивном процессе. Устав, цели и задачи Федерации. Юридические и физические лица – участники спортивного процесса, взаимодействие юридических и физических лиц в процессе подготовки и проведения соревнований.
6. Формы регистрации юридических лиц (НП, АНО, ОАО, ЗАО, Государственное и общественно-государственное предприятие, Общественная организация).
7. Спортивные кодексы, приложения к ним. Спортивные кодексы авто и мотоспорта, Международный спортивный кодекс ФИА, Международные спортивные кодексы ФИМ, УЕМ, ИМБА, приложения к ним.
8. Рекомендации по безопасности спортивных гоночных трасс. Рекомендации по наблюдению за проведением соревнований.
9. Требования к водителям (спортсменам). Лицензирование в автоспорте (Водители, Спортсмены, Участники, Судьи, Трассы, Организаторы), требования к выдаче лицензий.
10. Особенности правил соревнований различных дисциплин автомобильного спорта. Особенности правил соревнований различных дисциплин мотоциклетного спорта.
11. Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России. Положение о проведении чемпионатов, первенств и Кубков России Министерства по физической культуре, спорту, туризму и молодёжной политике.
12. Документ «Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России». Положения о всероссийских мотосоревнованиях I уровня.
13. Регламенты чемпионатов, первенств и Кубков России. Особенности системы зачёта для различных соревнований. Требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
14. Правила организации рекордных попыток. Классификация наземных транспортных средств для рекордных попыток. Порядок признания и регистрации рекордов. Мировые рекорды, рекорды России.

### **5.2.2 Содержание зачетных требований для студентов 2-го года заочной формы обучения (4 семестр).**

1. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Разминка в авто-мото спорте.
2. Общая разминка. Содержание, дозировка, методика проведения. Средства. Циклические упражнения. Общеразвивающие упражнения (ОРУ).
3. Проведение общей разминки. Подбор ОРУ. Составление плана-конспекта. Демонстрация упражнений. Организация учебной группы. Специальные упражнения на мотоцикле-тренажере.
4. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) в начальной подготовке мотоспортсменов. Составление комплекса ОРУ для подготовительной части урока. Составление комплекса урока по ОФП. Демонстрация (показ) ОРУ. ОРУ на внимание, игрового характера.

5. Составление комплексов ОРУ оздоровительной направленности. Комплексы ОРУ специальной направленности.
6. Подготовка конспектов занятий с группами начинающих спортсменов. Специальные упражнения на мотоцикле, используемом в качестве тренажера.
7. Игровые упражнения. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода: активные межличностные и межгрупповые отношения.
8. Характеристика игрового метода: разнообразие приемов, способов достижения цели, комплексное совершенствование качеств, высокая эмоциональность, высокая инициативность и самостоятельность занимающихся, ограниченная возможность дозирования нагрузки.
9. Ознакомление с методами обучения (фронтальный, поточный, круговой). Групповой способ обучения. Использование поточного, фронтального и кругового методов. Этапы обучения. Особенности обучения в экстремальных условиях движения.
10. Педагогические особенности группового обучения. Одновременное обучение группы из 4, 6, 8, 12 транспортных средств.
11. Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение).
12. Методика преподавания. Терминология. Последовательность обучения. Объяснение задач упражнения. Способы проведения демонстрации.
13. Координационные особенности изучаемых приемов. Методы регулирования тренировочных нагрузок. Ступенчатое повышение скоростного режима. Применение предельных нагрузок. Способы оценки работоспособности. ЧСС как индикатор нагрузки.
14. Проведение экспресс-анализа видеоматериалов тестирования. Определение характерных ошибок в технике выполнения приемов.
15. Сопоставление объективных показателей (уровень ЧСС и временной норматив) с анализом техники выполнения и координацией движения. Определение реальных резервов и способов самосовершенствования.
16. Портрет начинающего педагога. Социальный портрет. Возраст, Образование. Призвание. Педагогические способности. Сфера применения знаний, умений, навыков. Педагогическая специализация: вид и дисциплины АиМС. Спортивная история: стаж занятий, спортивные результаты. Характер педагогической деятельности: начальный уровень, совершенствование мастерства, высшее мастерство.
17. Профессиональный портрет. Компетенции в организационной, методической, практической деятельности. Психологические кондиции. Творческие способности. Аналитическая деятельность. Ретрансляция знаний. Авторитетность. Воспитанность. Дисциплинированность. Человеколюбие. Устойчивость психики.

### **5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов 3-го года обучения очной формы обучения (6 семестр).**

**Вопросы для устного ответа:**

- 1.** Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автоспорта, и подготовка спортивных трасс спортивных соревнований.
- 2.** Требования к проектированию и строительству стационарных гоночных трасс. Обеспечение безопасности стационарных трасс (конструкция и организационные меры).
- 3.** Паспорт трассы, лицензирование. Выбор места под расположение, строительство и обустройство трассы.
- 4.** Факторы, влияющие на экономическую составляющую проектирования и строительства трассы.
- 5.** Службы обеспечения стационарной трассы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), номенклатура, состав, функционирование. Людские ресурсы, управление персоналом. Штатные сотрудники, временные работники, обеспечивающие службы, судейский персонал, волонтеры.
- 6.** Смета строительства и обеспечения функционирования. Управление трассой, подготовка и проведение соревнований, проведение УТС, тест-драйвов, корпоративных мероприятий, непрофильное использование (шоу, концерты, фестивали, праздники).
- 7.** Экономические особенности эксплуатации трассы, реклама, спонсоры, ТВ, Пиар-мероприятия, кризисное управление, диверсификация рисков, экологический, рекреационный и семейный туризм.
- 8.** Временные трассы. Выбор трассы для проведения соревнований, в зависимости от вида и уровня соревнований.
- 9.** Подготовка и принятие разрешительной документации на проведение соревнования, утверждение оргкомитета, регламента и маршрута соревнования.
- 10.** Особенности трасс соревнований. Схемы трасс, ошибки при выборе. Обеспечение безопасности временных трасс.
- 11.** Подготовка трассы к проведению соревнования, необходимое оборудование, персонал, подготовка и поддержание покрытия трассы.
- 12.** Методы обеспечения безопасности. Профилактика, подготовка, службы безопасности (охрана, медицина, противопожарная, ГО и ЧС), организация тренировок вне спортивных сооружений.
- 13.** Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий. Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей.
- 14.** Положение о Всероссийской коллегии судей. Перечень должностей судейской коллегии соревнований. Подготовка и повышение квалификации судей.
- 15.** Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ. Особенности и задачи общественных органов по управлению автомобильным спортом.
- 16.** Структура, состав, права и обязанности общественных органов федерации. Формализация деятельности общественных органов (собрания, ведение протоколов).
- 17.** Временные трассы для обучения и тренировки. Выбор мест проведения обучающих и тренировочных занятий для различных дисциплин автоспорта.

18. Организация тренировочного процесса на дорогах общего пользования и закрытых территориях. Особенности обеспечения безопасности обучения и тренировок.
19. Подготовка спортивных соревнований. Оргкомитет соревнований, состав, порядок утверждения, цели и задачи. Подбор судейской бригады, минимально необходимый состав официальных лиц, квалификация.
20. Положение (регламент) соревнования, содержание, особенности положений для различных дисциплин автоспорта.
21. Программа соревнований, содержание, информация для зрителей и участников.
22. Оборудование для проведения соревнований (оргтехника, расходные материалы, судейское оборудование, оборудование безопасности).
23. Расписание проведения соревнований. Соблюдение расписания. Форс-мажор. Коллегия спортивных комиссаров автоспорта, Главная судейская коллегия мотоспорта, регламент работы, обеспечение деятельности, протоколы КСК и ГСК. Работа наблюдателя на соревновании, роль и задачи.
24. Безопасность проведения соревнований, план безопасности, ответственные лица. Спортивные наказания, порядок наложения, штрафы, замечания, протесты, порядок рассмотрения, апелляции.
25. Обеспечивающие службы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), состав и задачи.
26. Результаты соревнования. Подведение итогов, результаты, протоколы соревнований, награждение. Аварии, травмы, отчеты о происшествиях.
27. Экономика организации и проведения соревнований, стартовые взносы, стартовые и призовые выплаты, спонсорский пакет, реклама, ТВ.
28. Кризисное управление, оптимизация затрат на проведение соревнований.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов 4-го года обучения очной формы обучения (8 семестр).**

##### **Вопросы для устного ответа:**

1. Создание спортивной команды. Цели и задачи создания спортивной команды.
2. Материальное обеспечение команды (помещение, оборудование, транспортная, спортивная и вспомогательная техника, запасные части, ГСМ).
3. Функционирование спортивной команды. Персонал команды, структура, наполнение, квалификация, подчиненность, надёжность, создание «командного духа». Управление персоналом.
4. Техника для спорта, выбор основного класса, подготовка к соревнованиям, обслуживание в период соревнований, планово-предупредительный ремонт, ремонт. Участие в соревнованиях.
5. Календарь, командировки, обеспечение выездов. Действия команды в период проведения соревнований. Участник, механики, тренер, врач, вспомогательный персонал, расстановка сил, материальное обеспечение. Расписание работ, логистика.

6. Экономические основы деятельности команды в период подготовки и участия в соревнованиях. Бюджет команды, составляющие расходной части. Договорные отношения, создание, подписание и ведение договоров.
7. Привлечение средств для функционирования команды; спонсорский пакет, привлечение спонсора, реклама, работа с Пиар – агентствами, ТВ, отработка спонсорских вложений, участие в Пиар – акциях спонсора, отчеты, создание и функционирование Фан-клуба.
8. Прикладная (непрофильная) деятельность: платная подготовка водителей, повышение водительского мастерства, тюнинг, сувенирная продукция.

### **5.2.5 Содержание экзаменационных требований для студентов 5-го года обучения (10 семестр) очной формы обучения:**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Соревновательная деятельность. Ознакомление с порядком организации спортивного соревнования.
2. Работа оргкомитета соревнований, расписание и вопросы повестки дня. Материальное обеспечение подготовки соревнования.
3. Подготовка спортивной документации соревнования. Ознакомление с системой проведения соревнования.
4. Административные проверки. Технический контроль автомобилей. Системы хронометража и протоколы хронометража.
5. Обязанности Руководителя гонки. Права и обязанности Коллегии спортивных комиссаров.
6. Составление протокола соревнования.
7. Протоколы административных и технических проверок.
8. Протоколы хронометража.
9. Протоколы заседаний Коллегии спортивных комиссаров.
10. Протоколы соревнований. Отчёты об авариях и травмах.
11. Отбор спортсменов и подбор персонала. Социальный портрет спортсмена, тренера, менеджера, технического персонала (анкетные данные, образовательный ценз, место и условия проживания, материальное положение, анализ резюме и результаты собеседования).
12. Психологический портрет спортсмена (психологические качества, способности к профессиональной деятельности, мотивация, адекватность поведения, способности к концентрации, преодолению стресса).
13. Физиологический портрет спортсмена.
14. Уровень развития двигательных качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, выносливости).
15. Координационные способности в системе гонщик – спортивный снаряд – дорога – среда.
16. Показатели ЧСС в покое, тренировочном и соревновательном режиме.
17. Подбор персонала команды, отбор спортсменов и повышение спортивной квалификации.

- 18.** Характеристика физиологических функций (кровообращение, дыхание, терморегуляция).
- 19.** Техничко-тактические характеристики. Техника и тактика старта, стартового разгона, прохождение поворотов, преодоление неровностей, трамплинов, серии трамплинов, прыжки, учет состояния дорожного покрытия.
- 20.** Знания командной и индивидуальной тактики и системы самостоятельной подготовки.
- 21.** Результативность спортивных показателей. Динамика достижений за последние три года. Перспективность.
- 22.** Календарный план тренировочной и соревновательной деятельности на спортивный сезон. План – задание для индивидуальной подготовки. Профилактика спортивного травматизма.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно- педагогическое совершенствование»**

### **Основная литература**

#### **Основная литература**

##### **Учебник**

1. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для студентов вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд., перераб. и доп. / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с.: ил.

##### **Учебные пособия**

2. Бариеников Е.М. Инновационная педагогическая технология – «Метод групповой подготовки начинающих водителей категории «В»: учебное пособие с применением технических средств обучения и системы контроля уровня подготовленности/ Бариеников Е.М., Николаев А.Н. – М. : ООО «Принт Центр» , 2007 – 53с.; ил.
3. Бариеников Е.М. Педагогическая технология групповой подготовки начинающего спортсмена в автомобильном спорте: учебное пособие / Бариеников Е.М.– М. : ООО «Принт Центр» , 2014 – 64с.; ил.
4. Ушаков С.В. Руководство для судей на трассе. – М., РАФ, 2009.
5. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика /Д.Н. Франчук. – К. : ООО «Иван Федоров», 2007. – 320 с.; ил.
6. Цыганков Э.С. Школа профессионального мастерства военного водителя: учеб. – метод. пособие для дополнительного профессионального образования военных водителей. ООО «Альди-Принт» М., 2011
7. FIA. 43 Edition Yearbook of Automobile sport. 2009

#### **Дополнительная литература**

8. FIA Institute for Motor Sport Safety. A Driver's Guide to Safe Motor Sport. 2006
9. FIA Institute for Motor Sport Safety. Anti-doping Guide for Drivers. 2006
10. Атоян А.К. Формула-1 М. Илби. 1995
11. Бариеников Е. М. Контраварийная тренажерная подготовка в автомобильном спорте: пособие для спортсменов и тренеров СТК ДОСААФ / Е. М. Бариеников, Э. С. Цыганков. – М.: ЦАМК ДОСААФ СССР, 1988.
12. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
13. Бекман В.В. Гоночные автомобили. М. Машиностроение 1982
14. Бекман В.В. Гоночные мотоциклы. М. Машиностроение 1983

15. Блеер А.Н., Цыганков Э.С. Защитное вождение автомобиля (активная безопасность водителя) учебное пособие для студентов по специальности 13.00.08 (теория и методика профессионального образования автоспортсменов и водителей) М. 2003
16. Богданов О.А., Цыганков Э.С. Основы мастерства. Азбука начинающего автоспортсмена. М. Изд-во ДОСААФ СССР 1986
17. Боуш Р. Л. Прогнозирование спортивных результатов в мотоциклетном спорте: метод. разработка ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1992.
18. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Атлас добровольного спасателя. М. АСТ. Астрель, 2004
19. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. М. АСТ. Астрель, 2004
20. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Износ и безызносность" Издательство МСХА Москва 2001 г.
21. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Конструирование, изготовление, эксплуатация машин" Издательство МСХА Москва 2002 г.
22. Горбачев М.Г. Экстремальное вождение. Гоночные секреты. М. Рипол классик 2006
23. Горбачев М.Г. Энциклопедия безопасного вождения в экстремальных условиях. М. Рипол классик 2007
24. Градусов В.А. Общая физическая подготовка в тренировочном процессе мотокроссмена: методическая разработка для студентов спортивного факультета ГЦОЛИФКа / В. А. Градусов, А. М. Федоткин. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1985.
25. Долбиш А.А., Ипатенко А.В., Шугуров Л.М. Биография быстрых колёс. СП «Принди» 1993
26. Ежегодник автомобильного спорта 2009 года. Составитель С.В.Ушаков. М. Ринфо 2009
27. Информационный сборник по мотоциклетному спорту 2007 года. Составитель Г.И. Шулик, НРМФ 2007
28. Кириллова Г.Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: учебник для населения. М. НИЦ ЭНАС 2001
29. Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995.
30. Питер Ф. Друкер. Друкер на каждый день. 366 советов по мотивации и управлению временем. М. Вильямс 2007.
31. Питер Ф. Друкер. Задачи менеджмента в XXI веке. М. Вильямс. 2007.
32. Питер Ф. Друкер. Менеджмент в некоммерческой организации: принципы и практика. М. Вильямс 2007.
33. Питер Ф. Друкер. Менеджмент: задачи, обязанности и практика. М. Вильямс 2008.
34. Питер Ф. Друкер. Энциклопедия менеджмента. М. Вильямс 2006.
35. Питер Ф. Друкер. Эффективный руководитель. М. Вильямс 2008.
36. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006.
37. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов / А.В. Родионов. – М.: Академический проект, фонд «Мир», 2004.
38. Руководство для судей. Составитель Ушаков С.В. М. Ринфо 2008
39. Сигуринди Э.Г. Автомобильный спорт М. Изд-во ДОСААФ СССР. Часть 1 и 2 1982

40. Спортивная медицина: учебник для институтов физ. культуры / под ред. В.Л. Карпмана. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
41. Тодоров М.Р. Картинг России. СПб, «Акцидент» 2002
42. Трофимец Ю.И. Мотокросс (обучение и тренировка) / Ю. И. Трофимец. – М.: ДОСААФ 1990.
43. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика. Киев «Иван Федоров» 2007
44. Контраварийная подготовка в автомобильном спорте: учеб. пособие для студентов базового, тренерского и заочного факультетов ГЦОЛИФКа / Э. С. Цыганков. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.
45. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 1. Контраварийная подготовка водителей категории «Д» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1994.
46. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
47. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 3. Контраварийная подготовка водителей категории «В» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
48. Цыганков Э.С. Высшая школа водительского мастерства. Учебник для ВУЗов. М. ИКЦ «Академкнига» 2007
49. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд. , перераб. и доп. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с. : ил.
50. Цыганков Э.С. Академия водительского мастерства. 150 приемов контраварийного вождения /Э.С. Цыганков, С.С. Воробьев. – М.: РИПОЛ касик, 2009. – 352 с.: ил. – (Высшая школа водительского мастерства).
51. Якокка Ли. Карьера менеджера. М. «Прогресс». 1990

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

***Зарубежные базы данных:***

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов. Наличие транспортных средств для проведения практических занятий, специальных тренажерных устройств для отработки технических приемов, формирования

умений и навыков. Разметочное оборудование и радиосвязь, секундомеры, сигнальные флаги. Видео и фото оборудование.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, I1 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **1-2 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **2 семестр – дифференциальный зачёт.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

*Виды работы студентов на занятиях*

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Участие в походе «на выживание».	В соответствии с планом кафедры	5 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины автомобильного и мотоциклетного спорта, тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники скоростного руления».	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнение требований по физической и тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов

9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов
10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований	Весь период	5 баллов
11.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5 баллов
12.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке авто и мотогонщиков.	В течение семестра	5 баллов
13.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей	В течение семестра	5 баллов
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10 баллов
15.	Дифференцированный зачёт	По расписанию	20 баллов
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

### ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (авто и мотоспорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

#### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **3-4 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **4 семестр - дифференциальный зачёт.**

#### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ.

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	<b>Выступление по темам:</b>		
1.1	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
1.2	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
1.3	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
2	<b>План-конспект и проведение занятия</b> «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
3	<b>Реферат по теме:</b> Особенности обеспечения безопасности учебных занятий по авто и мотоспорту	В течение семестра	10 баллов
4	<b>Творческое задание (презентация) по теме:</b> «Особенности Классификация и технические требования к автомобилям, участвующим в спортивных соревнованиях. Классификация мотоциклов».	В течение семестра	10 баллов
5	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки автогонщиков».	В течение семестра	5 баллов
6	Реферат по теме: «требования безопасности спортивных трасс и организации соревнований».	В течение семестра	5 баллов

7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
11.	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
12.	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **5-6 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **6 семестр - дифференциальный зачёт.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ, секциях и клубах	В течение семестра	10 баллов
2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-автогонщика. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
4	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	10 баллов
5	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	10 баллов
6	Разработка годового плана подготовки на тренировочном этапе.	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
8	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
9	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов

<b>ИТОГО:</b>	<b>100 баллов</b>
---------------	-------------------

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7-8 семестры**

Форма промежуточного контроля: **8 семестр - экзамен.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-автогонщика.	В течение семестра	10 баллов
2	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя) пловца скоростника»	В течение семестра	5 баллов
3	Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке спортсменов автогонщиков.	В течение семестра	5 баллов
4	Организация и судейство соревнований.	В течение семестра	10 баллов
5	Подготовка и участие в соревнованиях.	В течение семестра	10 баллов
6	Устный опрос: «Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности»	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативно-практические требования по программе тренажерной контраварийной подготовки	В течение семестра	10 баллов
8	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке.	В течение семестра	10 баллов
9	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
10	Сдача дифференцированного зачета по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **9-10 семестры**

Форма промежуточного контроля: **10 семестр - экзамен.**

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
<b>1</b>	<b>Выступление по темам:</b>		
1.1	- Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	В течение семестра	10 баллов
1.2	- Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	В течение семестра	10 баллов
1.3	- Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
1.4	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
1.5	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	5 баллов
1.6	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности		5 баллов
<b>2.</b>	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
<b>3</b>	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
<b>4</b>	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и  
мотоциклетный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет [20] зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** [1-9].

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

### 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Автомобильный и мотоциклетный спорт)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Нормативно-правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)	1-2	20	133		Экзамен
2	МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства	3-4	10	80		Экзамен
3	МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований	5-6	10	89		Экзамен
4	МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий		20	61		
5	Модуль 5. Организация деятельности спортивной команды	8	20	133		Экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность	9	20	79	9	Экзамен
<b>Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.21 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(Автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 10 от «24» апреля 2014 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики прикладных видов спорта  
и экстремальной деятельности  
(наименование)  
Протокол № 30 от «16» мая 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № 32 от «30» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_36\_ от «22\_\_» мая 2017 г.

Составители:

Цыганков Эрнест Сергеевич – доктор педагогических наук, профессор кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Зудин Владислав Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

Рецензент:

\_\_\_\_\_  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) СПС (автомобильный и мотоциклетный спорт):

Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

- Обучение и совершенствование техники обучения транспортными средствами.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков, необходимых в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Развитие индивидуальных двигательных качеств.
- Развитие морально-волевых качеств необходимых спортсмену в автомобильном и мотоциклетном спорте.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в управлении спортивной формой в годичном и многолетнем циклах тренировки.
- Обучение мерам обеспечения безопасности при организации занятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении соревнований.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в судействе соревнований по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков в организации и проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Формирование, закрепление и совершенствование умений и навыков по работе со спортивной техникой и экипировкой гонщика.

- Приобретение спортивной квалификации по автомобильному и мотоциклетному спорту.
- Приобретение квалификации судьи в избранном виде спорта. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП).**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (автомобильный и мотоциклетный спорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Программный материал курса СПС логично взаимосвязан с основным циклом аудиторных занятий по дисциплине «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта».

Кроме этого, программный материал опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что позволяет строить учебный процесс на основе междисциплинарных связей.

Курс СПС предусматривает подготовку студентов к различным видам профессиональной деятельности в качестве тренера-преподавателя, инструктора-методиста, организатора коллектива физической культуры и спорта (общеобразовательной школы, ДЮСШ, горного клуба), судьи по спорту, а также как специалиста по научно-исследовательской, рекреационной и реабилитационной деятельности. Освоение программы СПС обеспечивает формирование практических навыков в избранном виде спорта и формирование профессиональных качеств специалиста, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

Программа предусматривает примерное распределение учебной нагрузки по разделам, темам и курсам обучения. Допускается частичная корректировка графика прохождения программного материала в зависимости от состояния материально-технической базы кафедры и реальных возможностей

преподавательского (инструкторского) состава. Допускается сотрудничество с другими кафедрами и специализациями РГУФКСМиТ (факультативные занятия), а также другими учебными заведениями (согласно Болонскому соглашению). Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
<b>ОПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий в различных видах подводного спорта;</li> <li>– методику применения средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять упражнения из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта;</li> <li>– применять средства базовых видов спорта для общефизической подготовки пловцов-подводников.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в подготовительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> </ul>	1-2		

	– навыками использования средств из базовых видов спорта в общефизической подготовке пловцов-подводников.			
	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы применения упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий в различных видах подводного спорта.</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– применять упражнения из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками использования упражнений из базовых видов спорта в заключительной части занятий по видам подводного спорта с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4		
ОПК-3	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	7-8		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в подводном спорте на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в подводном спорте с учетом особенностей, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.</p>	7-8		
ОПК-5	<p><b>Знать:</b></p> <p>– основы правильной техники выполнения основных соревновательных упражнений в подводном спорте</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать технику выполнения упражнений в подводных видах спорта</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– анализировать тактику в подводных видах спорта и дайвинга</p>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <p>– навыками определения уровня работоспособности спортсменов в подводных видах спорта</p>	7-8		
ОПК-8	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по скоростному плаванию в ластах</p>	3-4		
	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– выполнять функции младших судей по фридайвингу</p>	3-4		

	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками организации и проведения соревнований в отдельных видах подводного спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-10</b>	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей, занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в подводных видах спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-11</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки во фридайвинге</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по подводному спорту</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-14</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть техникой подводных видов спорта</li> </ul>	3-4		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением выразительной демонстрации техники соревновательных упражнений и технико-тактических действий подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий подводных видов спорта</li> </ul>	7-8		
<b>ПК-15</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять самоконтроль на занятиях различными видами подводных видов спорта</li> </ul>	5-6		
	<p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности</li> <li>– оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.</li> </ul>	7-8		

## 1. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 9 часов, аудиторных занятий – 232 часов, самостоятельная работа студентов – 479 часа.

Условные обозначения: Л – лекции; П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Подводный спорт и дайвинг)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 234 часов (6,5 зачётные единицы)</b>	<b>1-2</b>	<b>52</b>	<b>182</b>		<b>Диффер. зачёт</b>
<b>1</b>	<b>МОДУЛЬ 1. Нормативно- правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)</b>	<b>1</b>	<b>26</b>	<b>82</b>		
1.1	Терминология АиМС (Глоссарий по автомобильному спорту)		6	28		
1.2	Спортивная классификация автомобилей и мотоциклов		6	16		
1.3	Законодательная база в области спорта		6	18		
1.4	Спортивный кодекс, приложения к нему		4	12		
1.5	Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России		4	8		
<b>2</b>	<b>МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	<b>100</b>		
2.1	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)		6	26		
2.2	Игровые упражнения		6	24		
2.3	Ознакомление с методами обучения (фронтальный, поточный, круговой)		4	20		

2.4	Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение)		6	16		
2.5	Портрет начинающего педагога		4	14		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 126 часов (3,5 зачётные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>60</b>	<b>66</b>		<b>Диффер. зачёт</b>
<b>3</b>	<b>МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований</b>		<b>60</b>	<b>66</b>		
3.1	Стационарные трассы		18	16		
3.2	Временные трассы		14	16		
3.3	Организационно-методические основы планирования УТЗ на различных типах гоночных трасс		12	12		
3.4	Обеспечение безопасности трасс		10	10		
3.5	Контроль тренировочного процесса и его эффективности на гоночной трассе		6	12		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 81 часов (3,5 зачётные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>4</b>	<b>МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий</b>		<b>60</b>	<b>66</b>		
4.1	Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей		14	22		
4.2	Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ		14	14		
4.3	Подготовка спортивных соревнований и проведение соревнований		16	14		
4.4	Результаты соревнования		16	16		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 279 часов (5 зачётные единицы)</b>	<b>7-8</b>	<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	<b>экзамен</b>
<b>5</b>	<b>МОДУЛЬ 5. Организация деятельности спортивной команды</b>	<b>7</b>	<b>30</b>	<b>96</b>		
5.1	Создание спортивной команды		10	36		
5.2	Функционирование спортивной команды		10	30		
5.3	Экономические основы деятельности команды		10	30		
<b>6</b>	<b>МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	<b>69</b>		
6.1	Ознакомление с порядком организации спортивного		10	20		

	соревнования					
6.2	Ознакомление с системой проведения соревнования		10	16		
6.3	Составление протокола соревнования		6	17		
6.4	Отбор спортсменов и подбор персонала		4	16		
<b>Всего: 720 часов (20) зачётных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>9</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование» (автомобильный и мотоциклетный спорт)»**

**5.1 Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2 Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1 Содержание экзаменационных требований для студентов 1-го года обучения очной формы (2 семестр).**

**Вопросы для устного ответа:**

- 1.** Глоссарий по автомобильному спорту. Нормативные документы автомобильного спорта. Терминология и определения, используемые в автомобильном спорте.
- 2.** Классификация транспортного средства (ТС). История развития классификации автомобилей, первые автомобильные соревнования. Задачи разделения транспортных средств и автомобилей на категории, классы. Зачётные группы.
- 3.** Спортивная классификация автомобилей. Особенности транспортных средств для различных дисциплин автомобильного спорта. Разделение автомобилей на категории. Разделение автомобилей на классы. Объединение автомобилей в зачётные группы.
- 4.** Законодательная база в области спорта. Федеральные Законы «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», «Об общественных объединениях», «О некоммерческих организациях». Структура, иерархия и содержание спортивной нормативной базы.
- 5.** Роль и место спортивной Федерации в спортивном процессе. Устав, цели и задачи Федерации. Юридические и физические лица – участники спортивного процесса, взаимодействие юридических и физических лиц в процессе подготовки и проведения соревнований.
- 6.** Формы регистрации юридических лиц (НП, АНО, ОАО, ЗАО, Государственное и общественно-государственное предприятие, Общественная организация).

7. Спортивные кодексы, приложения к ним. Спортивные кодексы авто и мотоспорта, Международный спортивный кодекс ФИА, Международные спортивные кодексы ФИМ, УЕМ, ИМБА, приложения к ним.
8. Рекомендации по безопасности спортивных гоночных трасс. Рекомендации по наблюдению за проведением соревнований.
9. Требования к водителям (спортсменам). Лицензирование в автотранспорте (Водители, Спортсмены, Участники, Судьи, Трассы, Организаторы), требования к выдаче лицензий.
10. Особенности правил соревнований различных дисциплин автомобильного спорта. Особенности правил соревнований различных дисциплин мотоциклетного спорта.
11. Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России. Положение о проведении чемпионатов, первенств и Кубков России Министерства по физической культуре, спорту, туризму и молодежной политике.
12. Документ «Общие условия проведения чемпионатов, первенств и Кубков России». Положения о всероссийских мотосоревнованиях I уровня.
13. Регламенты чемпионатов, первенств и Кубков России. Особенности системы зачёта для различных соревнований. Требования безопасности при проведении спортивных соревнований.
14. Правила организации рекордных попыток. Классификация наземных транспортных средств для рекордных попыток. Порядок признания и регистрации рекордов. Мировые рекорды, рекорды России.
15. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Разминка в авто-мото спорте. Общая разминка. Содержание, дозировка, методика проведения. Средства. Циклические упражнения. Общеразвивающие упражнения (ОРУ).
16. Проведение общей разминки. Подбор ОРУ. Составление плана-конспекта. Демонстрация упражнений. Организация учебной группы. Специальные упражнения на мотоцикле-тренажере.
17. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) в начальной подготовке мотоспортсменов. Составление комплекса ОРУ для подготовительной части урока. Составление комплекса урока по ОФП. Демонстрация (показ) ОРУ. ОРУ на внимание, игрового характера.
18. Составление комплексов ОРУ оздоровительной направленности. Комплексы ОРУ специальной направленности.
19. Подготовка конспектов занятий с группами начинающих спортсменов. Специальные упражнения на мотоцикле, используемом в качестве тренажера.
20. Игровые упражнения. Игровой метод. Специфические особенности игрового метода: активные межличностные и межгрупповые отношения.
21. Характеристика игрового метода: разнообразие приемов, способов достижения цели, комплексное совершенствование качеств, высокая эмоциональность, высокая инициативность и самостоятельность занимающихся, ограниченная возможность дозирования нагрузки.

22. Ознакомление с методами обучения (фронтальный, поточный, круговой). Групповой способ обучения. Использование поточного, фронтального и кругового методов. Этапы обучения. Особенности обучения в экстремальных условиях движения.
23. Педагогические особенности группового обучения. Одновременное обучение группы из 4, 6, 8, 12 транспортных средств.
24. Фазы формирования двигательного навыка (показ, объяснение, выполнение).
25. Методика преподавания. Терминология. Последовательность обучения. Объяснение задач упражнения. Способы проведения демонстрации.
26. Координационные особенности изучаемых приемов. Методы регулирования тренировочных нагрузок. Ступенчатое повышение скоростного режима. Применение предельных нагрузок. Способы оценки работоспособности. ЧСС как индикатор нагрузки.
27. Проведение экспресс-анализа видеоматериалов тестирования. Определение характерных ошибок в технике выполнения приемов.
28. Сопоставление объективных показателей (уровень ЧСС и временной норматив) с анализом техники выполнения и координацией движения. Определение реальных резервов и способов самосовершенствования.
29. Портрет начинающего педагога. Социальный портрет. Возраст, Образование. Призвание. Педагогические способности. Сфера применения знаний, умений, навыков. Педагогическая специализация: вид и дисциплины АиМС. Спортивная история: стаж занятий, спортивные результаты. Характер педагогической деятельности: начальный уровень, совершенствование мастерства, высшее мастерство.
30. Профессиональный портрет. Компетенции в организационной, методической, практической деятельности. Психологические кондиции. Творческие способности. Аналитическая деятельность. Ретрансляция знаний. Авторитетность. Воспитанность. Дисциплинированность. Человеколюбие. Устойчивость психики.

### **5.2.2 Содержание экзаменационных требований для студентов 2-го года обучения очной формы обучения (4 семестр).**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс спортивных соревнований.
2. Требования к проектированию и строительству стационарных гоночных трасс. Обеспечение безопасности стационарных трасс (конструкция и организационные меры).
3. Паспорт трассы, лицензирование. Выбор места под расположение, строительство и обустройство трассы.
4. Факторы, влияющие на экономическую составляющую проектирования и строительства трассы.

5. Службы обеспечения стационарной трассы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), номенклатура, состав, функционирование. Людские ресурсы, управление персоналом. Штатные сотрудники, временные работники, обеспечивающие службы, судейский персонал, волонтеры.
6. Смета строительства и обеспечения функционирования. Управление трассой, подготовка и проведение соревнований, проведение УТС, тест-драйвов, корпоративных мероприятий, непрофильное использование (шоу, концерты, фестивали, праздники).
7. Экономические особенности эксплуатации трассы, реклама, спонсоры, ТВ, Пиар-мероприятия, кризисное управление, диверсификация рисков, экологический, рекреационный и семейный туризм.
8. Временные трассы. Выбор трассы для проведения соревнований, в зависимости от вида и уровня соревнований.
9. Подготовка и принятие разрешительной документации на проведение соревнования, утверждение оргкомитета, регламента и маршрута соревнования.
10. Особенности трасс соревнований. Схемы трасс, ошибки при выборе. Обеспечение безопасности временных трасс.
11. Подготовка трассы к проведению соревнования, необходимое оборудование, персонал, подготовка и поддержание покрытия трассы.
12. Методы обеспечения безопасности. Профилактика, подготовка, службы безопасности (охрана, медицина, противопожарная, ГО и ЧС), организация тренировок вне спортивных сооружений.
13. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий. Ознакомление с работой Всероссийской коллегии судей.
14. Положение о Всероссийской коллегии судей. Перечень должностей судейской коллегии соревнований. Подготовка и повышение квалификации судей.
15. Ознакомление с работой комитетов спортивных дисциплин РАФ. Особенности и задачи общественных органов по управлению автомобильным спортом.
16. Структура, состав, права и обязанности общественных органов федерации. Формализация деятельности общественных органов (собрания, ведение протоколов).
17. Временные трассы для обучения и тренировки. Выбор мест проведения обучающих и тренировочных занятий для различных дисциплин автоспорта.
18. Организация тренировочного процесса на дорогах общего пользования и закрытых территориях. Особенности обеспечения безопасности обучения и тренировок.
19. Подготовка спортивных соревнований. Оргкомитет соревнований, состав, порядок утверждения, цели и задачи. Подбор судейской бригады, минимально необходимый состав официальных лиц, квалификация.
20. Положение (регламент) соревнования, содержание, особенности положений для различных дисциплин автоспорта.
21. Программа соревнований, содержание, информация для зрителей и участников.
22. Оборудование для проведения соревнований (оргтехника, расходные материалы, судейское оборудование, оборудование безопасности).

23. Расписание проведения соревнований. Соблюдение расписания. Форс-мажор. Коллегия спортивных комиссаров автоспорта, Главная судейская коллегия мотоспорта, регламент работы, обеспечение деятельности, протоколы КСК и ГСК. Работа наблюдателя на соревновании, роль и задачи.
24. Безопасность проведения соревнований, план безопасности, ответственные лица. Спортивные наказания, порядок наложения, штрафы, замечания, протесты, порядок рассмотрения, апелляции.
25. Обеспечивающие службы (медицина, противопожарная и Ч.С., главного механика, главного энергетика, связь, охрана), состав и задачи.
26. Результаты соревнования. Подведение итогов, результаты, протоколы соревнований, награждение. Аварии, травмы, отчеты о происшествиях.
27. Экономика организации и проведения соревнований, стартовые взносы, стартовые и призовые выплаты, спонсорский пакет, реклама, ТВ.
28. Кризисное управление, оптимизация затрат на проведение соревнований.

### **5.2.3 Содержание экзаменационных требований для студентов 3-го года обучения очной формы обучения (6 семестр).**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Создание спортивной команды. Цели и задачи создания спортивной команды.
2. Материальное обеспечение команды (помещение, оборудование, транспортная, спортивная и вспомогательная техника, запасные части, ГСМ).
3. Функционирование спортивной команды. Персонал команды, структура, наполнение, квалификация, подчиненность, надёжность, создание «командного духа». Управление персоналом.
4. Техника для спорта, выбор основного класса, подготовка к соревнованиям, обслуживание в период соревнований, планово-предупредительный ремонт, ремонт. Участие в соревнованиях.
5. Календарь, командировки, обеспечение выездов. Действия команды в период проведения соревнований. Участник, механики, тренер, врач, вспомогательный персонал, расстановка сил, материальное обеспечение. Расписание работ, логистика.
6. Экономические основы деятельности команды в период подготовки и участия в соревнованиях. Бюджет команды, составляющие расходной части. Договорные отношения, создание, подписание и ведение договоров.
7. Привлечение средств для функционирования команды; спонсорский пакет, привлечение спонсора, реклама, работа с Пиар – агентствами, ТВ, отработка спонсорских вложений, участие в Пиар – акциях спонсора, отчеты, создание и функционирование Фан-клуба.
8. Прикладная (непрофильная) деятельность: платная подготовка водителей, повышение водительского мастерства, тюнинг, сувенирная продукция.

#### **5.2.4 Содержание экзаменационных требований для студентов 4-го года обучения (8 семестр) очной формы обучения:**

##### **Вопросы для устного ответа:**

- 1.** Соревновательная деятельность. Ознакомление с порядком организации спортивного соревнования.
- 2.** Работа оргкомитета соревнований, расписание и вопросы повестки дня. Материальное обеспечение подготовки соревнования.
- 3.** Подготовка спортивной документации соревнования. Ознакомление с системой проведения соревнования.
- 4.** Административные проверки. Технический контроль автомобилей. Системы хронометража и протоколы хронометража.
- 5.** Обязанности Руководителя гонки. Права и обязанности Коллегии спортивных комиссаров.
- 6.** Составление протокола соревнования.
- 7.** Протоколы административных и технических проверок.
- 8.** Протоколы хронометража.
- 9.** Протоколы заседаний Коллегии спортивных комиссаров.
- 10.** Протоколы соревнований. Отчёты об авариях и травмах.
- 11.** Отбор спортсменов и подбор персонала. Социальный портрет спортсмена, тренера, менеджера, технического персонала (анкетные данные, образовательный ценз, место и условия проживания, материальное положение, анализ резюме и результаты собеседования).
- 12.** Психологический портрет спортсмена (психологические качества, способности к профессиональной деятельности, мотивация, адекватность поведения, способности к концентрации, преодолению стресса).
- 13.** Физиологический портрет спортсмена.
- 14.** Уровень развития двигательных качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, выносливости).
- 15.** Координационные способности в системе гонщик – спортивный снаряд – дорога – среда.
- 16.** Показатели ЧСС в покое, тренировочном и соревновательном режиме.
- 17.** Подбор персонала команды, отбор спортсменов и повышение спортивной квалификации.
- 18.** Характеристика физиологических функций (кровообращение, дыхание, терморегуляция).
- 19.** Техничко-тактические характеристики. Техника и тактика старта, стартового разгона, прохождение поворотов, преодоление неровностей, трамплинов, серии трамплинов, прыжки, учет состояния дорожного покрытия.
- 20.** Знания командной и индивидуальной тактики и системы самостоятельной подготовки.
- 21.** Результативность спортивных показателей. Динамика достижений за последние три года. Перспективность.
- 22.** Календарный план тренировочной и соревновательной деятельности на спортивный сезон. План – задание для индивидуальной подготовки. Профилактика спортивного травматизма.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Спортивно- педагогическое совершенствование»**

### **Основная литература**

#### **Основная литература**

##### **Учебник**

1. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для студентов вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд., перераб.и доп. / Э. С. Цыганков. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с.: ил.

##### **Учебные пособия**

2. Бариеников Е.М. Инновационная педагогическая технология – «Метод групповой подготовки начинающих водителей категории «В»: учебное пособие с применением технических средств обучения и системы контроля уровня подготовленности/ Бариеников Е.М., Николаев А.Н. – М. : ООО «Принт Центр» , 20007 – 53с.; ил.
3. Бариеников Е.М Педагогическая технология групповой подготовки начинающего спортсмена в автомобильном спорте: учебное пособие / Бариеников Е.М.– М. : ООО «Принт Центр» , 2014 – 64с.; ил.
4. Ушаков С.В. Руководство для судей на трассе. – М., РАФ, 2009.
5. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика /Д.Н. Франчук. – К. : ООО «Иван Федоров», 2007. – 320 с.; ил.
6. Цыганков Э.С. Школа профессионального мастерства военного водителя: учеб. – метод. пособие для дополнительного профессионального образования военных водителей. ООО «Альди-Принт» М., 2011
7. FIA. 43 Edition Yearbook of Automobile sport. 2009

#### **Дополнительная литература**

8. FIA Institute for Motor Sport Safety. A Driver's Guide to Safe Motor Sport. 2006
9. FIA Institute for Motor Sport Safety. Anti-doping Guide for Drivers. 2006
10. Атоян А.К. Формула-1 М. Илби. 1995
11. Бариеников Е. М. Контраварийная тренажерная подготовка в автомобильном спорте: пособие для спортсменов и тренеров СТК ДОСААФ / Е. М. Бариеников, Э. С. Цыганков. – М.: ЦАМК ДОСААФ СССР, 1988.
12. Бариеников Е. М. Обучение техники скоростного руления в автомобильном спорте для самостоятельной подготовки студентов ГЦОЛИФКа / Е. М. Бариеников [и др.]. – М.: ГЦОЛИФК, 1989.
13. Бекман В.В. Гоночные автомобили. М. Машиностроение 1982
14. Бекман В.В. Гоночные мотоциклы. М. Машиностроение 1983

15. Блеер А.Н., Цыганков Э.С. Защитное вождение автомобиля (активная безопасность водителя) учебное пособие для студентов по специальности 13.00.08 (теория и методика профессионального образования автоспортсменов и водителей) М. 2003
16. Богданов О.А., Цыганков Э.С. Основы мастерства. Азбука начинающего автоспортсмена. М. Изд-во ДОСААФ СССР 1986
17. Боуш Р. Л. Прогнозирование спортивных результатов в мотоциклетном спорте: метод. разработка ГЦОЛИФКа / Р. Л. Боуш. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1992.
18. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Атлас добровольного спасателя. М. АСТ. Астрель, 2004
19. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. М. АСТ. Астрель, 2004
20. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Износ и безызносность" Издательство МСХА Москва 2001 г.
21. Гаркунов Д.Н. Триботехника "Конструирование, изготовление, эксплуатация машин" Издательство МСХА Москва 2002 г.
22. Горбачев М.Г. Экстремальное вождение. Гоночные секреты. М. Рипол классик 2006
23. Горбачев М.Г. Энциклопедия безопасного вождения в экстремальных условиях. М. Рипол классик 2007
24. Градусов В.А. Общая физическая подготовка в тренировочном процессе мотокроссмена: методическая разработка для студентов спортивного факультета ГЦОЛИФКа / В. А. Градусов, А. М. Федоткин. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1985.
25. Долбиш А.А., Ипатенко А.В., Шугуров Л.М. Биография быстрых колёс. СП «Принди» 1993
26. Ежегодник автомобильного спорта 2009 года. Составитель С.В.Ушаков. М. Ринфо 2009
27. Информационный сборник по мотоциклетному спорту 2007 года. Составитель Г.И. Шулик, НРМФ 2007
28. Кириллова Г.Н. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: учебник для населения. М. НИЦ ЭНАС 2001
29. Огарко К. Н. Теоретические основы устойчивого и управляемого движения автомобиля: учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК / К. Н. Огарко, П. Г. Розанцев, Е. Б. Пахалуева. – М.: РГАФК, 1995.
30. Питер Ф. Друкер. Друкер на каждый день. 366 советов по мотивации и управлению временем. М. Вильямс 2007.
31. Питер Ф. Друкер. Задачи менеджмента в XXI веке. М. Вильямс. 2007.
32. Питер Ф. Друкер. Менеджмент в некоммерческой организации: принципы и практика. М. Вильямс 2007.
33. Питер Ф. Друкер. Менеджмент: задачи, обязанности и практика. М.Вильямс 2008.
34. Питер Ф. Друкер. Энциклопедия менеджмента. М. Вильямс 2006.
35. Питер Ф. Друкер. Эффективный руководитель. М. Вильямс 2008.
36. Педагогика физической культуры и спорта: учебник / под ред. С.Д. Неверковича. – М.: Физическая культура, 2006.
37. Родионов А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для вузов / А.В. Родионов. – М.: Академический проект, фонд «Мир», 2004.
38. Руководство для судей. Составитель Ушаков С.В. М. Ринфо 2008
39. Сигуринди Э.Г. Автомобильный спорт М. Изд-во ДОСААФ СССР. Часть 1 и 2 1982

40. Спортивная медицина: учебник для институтов физ. культуры / под ред. В.Л. Карпмана. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
41. Тодоров М.Р. Картинг России. СПб, «Акцидент» 2002
42. Трофимец Ю.И. Мотокросс (обучение и тренировка) / Ю. И. Трофимец. – М.: ДОСААФ 1990.
43. Франчук Д.Н. Управляемость карта: теория и практика. Киев «Иван Федоров» 2007
44. Контраварийная подготовка в автомобильном спорте: учеб. пособие для студентов базового, тренерского и заочного факультетов ГЦОЛИФКа / Э. С. Цыганков. – М.: РИО ГЦОЛИФК, 1990.
45. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 1. Контраварийная подготовка водителей категории «Д» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1994.
46. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 2. Контраварийная подготовка водителей категории «Е» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
47. Контраварийная подготовка водителей автотранспортных средств: учеб.-метод. пособие РГАФК. Ч. 3. Контраварийная подготовка водителей категории «В» / Э. С. Цыганков, Е. М. Бариеников. – М., 1995.
48. Цыганков Э.С. Высшая школа водительского мастерства. Учебник для ВУЗов. М. ИКЦ «Академкнига» 2007
49. Цыганков Э. С. Высшая школа водительского мастерства: учебник для вузов и профессионального образования водителей. – 2-е изд. , перераб. и доп. – М.: ИКЦ Академкнига, 2008. – 400 с. : ил.
50. Цыганков Э.С. Академия водительского мастерства. 150 приемов контраварийного вождения /Э.С. Цыганков, С.С. Воробьев. – М.: РИПОЛ касик, 2009. – 352 с.: ил. – (Высшая школа водительского мастерства).
51. Якокка Ли. Карьера менеджера. М. «Прогресс». 1990

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

***Зарубежные базы данных:***

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Материально-техническое обеспечение дисциплины предполагает наличие компьютерной техники с целью презентации материалов и принтеров для распечатки тестовых и практических заданий для студентов. Наличие транспортных средств для проведения практических занятий, специальных тренажерных устройств для отработки технических приемов, формирования

умений и навыков. Разметочное оборудование и радиосвязь, секундомеры, сигнальные флаги. Видео и фото оборудование.

*Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)*

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса, I1 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **1-2 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **2 семестр – дифференциальный зачёт.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

*Виды работы студентов на занятиях*

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	Владение профессиональными навыками: Выполнить 3 нормативных требования на установочном сборе кафедры.	В соответствии с планом кафедры	10 баллов
2.	Участие в походе «на выживание».	В соответствии с планом кафедры	5 баллов
3.	Выбор и методика применения тренировочных упражнений ОФП	В течение семестра	5 баллов
4.	Составить план-конспект ОРУ для общей разминки в скоростных дисциплинах подводного спорта	В течение семестра	5 баллов
5.	Творческое задание (презентация) по теме: «Дисциплины автомобильного и мотоциклетного спорта, тенденции развития»	В течение семестра	5 баллов
6.	План-конспект и проведение занятия «Методика воспитания физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
7.	Контрольная работа по теме: «Методика обучения и совершенствования техники скоростного руления».	В течение семестра	5 баллов
8.	Выполнение требований по физической и тактической подготовке	В течение семестра	5 баллов

9.	Поддержание личной физической и тактической подготовленности с целью выполнения нормативных требований по общей и специальной физической подготовке.	Весь период	5 баллов
10.	Участие в тестировании физических и тактических кондиций, проводимых в форме зачетных и обязательных соревнований	Весь период	5 баллов
11.	Творческое задание по теме: «Документы планирования и организация проведения соревнований»	В течение семестра	5 баллов
12.	Составление комплекса упражнений по специальной физической подготовке авто и мотогонок.	В течение семестра	5 баллов
13.	Контрольная работа: Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей	В течение семестра	5 баллов
14.	Посещение учебных занятий	Весь период	10 баллов
15.	Дифференцированный зачёт	По расписанию	20 баллов
<b>ИТОГО</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			

Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A
----------------------	---	---	---	---	---	---

### ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (авто и мотоспорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

#### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **3-4 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **4 семестр - дифференциальный зачёт.**

#### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ.

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1.	<b>Выступление по темам:</b>		
1.1	Структура «эталонной» техники;	В течение семестра	10 баллов
1.2	Планирование и контроль учебно-тренировочного процесса на этапе становления спортивного мастерства;	В течение семестра	10 баллов
1.3	Организация и судейство соревнований в индивидуальных и командных дисциплинах;	В течение семестра	5 баллов
2	<b>План-конспект и проведение занятия</b> «Методика воспитания одного из физических качеств (по заданию преподавателя)»	В течение семестра	5 баллов
3	<b>Реферат по теме:</b> Особенности обеспечения безопасности учебных занятий по авто и мотоспорту	В течение семестра	10 баллов
4	<b>Творческое задание (презентация) по теме:</b> «Особенности Классификация и технические требования к автомобилям, участвующим в спортивных соревнованиях. Классификация мотоциклов».	В течение семестра	10 баллов
5	Устный опрос по теме: «Структура и содержание многолетней подготовки автогонщиков».	В течение семестра	5 баллов
6	Реферат по теме: «требования безопасности спортивных трасс и организации соревнований».	В течение семестра	5 баллов

7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
11.	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
12.	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	Незачет		Зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 11 группы, направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности.

Сроки изучения дисциплины (модуля): **5-6 семестр.**

Форма промежуточной аттестации: **6 семестр - дифференциальный зачёт.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ, секциях и клубах	В течение семестра	10 баллов
2	Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки спортсмена-автогонщика. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
3	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
4	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	10 баллов
5	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности	В течение семестра	10 баллов
6	Разработка годового плана подготовки на тренировочном этапе.	В течение семестра	10 баллов
7	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
8	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
9	Дифференцированный зачёт	По расписанию УМУ	20 баллов

<b>ИТОГО:</b>	<b>100 баллов</b>
---------------	-------------------

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифференцированным зачётом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и мотоциклетный спорт) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 11 группы направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура», направленности (профилю) – Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ прикладных видов спорта и экстремальной деятельности

Сроки изучения дисциплины (модуля): **7-8 семестры**

Форма промежуточного контроля: **8 семестр - экзамен.**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Количество баллов
<b>1</b>	<b>Выступление по темам:</b>		
1.1	- Оптимизация индивидуальных технико-тактических действий	В течение семестра	10 баллов
1.2	- Особенности совершенствования индивидуальных двигательных качеств на этапе спортивного долголетия	В течение семестра	10 баллов
1.3	- Оперативное, текущее и перспективное планирование тренировки. Использование тренировочных факторов, содействующих эффективности физических упражнений и росту работоспособности в подготовке	В течение семестра	10 баллов
1.4	Организация и судейство соревнований с участием инвалидов	В течение семестра	10 баллов
1.5	Подготовка и участие в соревнованиях	В течение семестра	5 баллов
1.6	Особенности безопасности учебных занятий экстремальной направленности		5 баллов
<b>2.</b>	Выполнить нормативы по личной физической и технико-тактической подготовке	В течение семестра	10 баллов
<b>3</b>	Посещение занятий	Весь период	10 баллов
<b>4</b>	Экзамен по дисциплине	По расписанию УМУ	20 баллов
<b>ИТОГО:</b>			<b>100 баллов</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<b>№</b>	<b>Виды текущего контроля успеваемости</b>	<b>Максимальное кол-во баллов</b>
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 41 балла, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

#### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта,  
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра ТиМ Прикладных видов спорта и экстремальной деятельности**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.21 Теория и методика избранного вида спорта (автомобильный и  
мотоциклетный спорт)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в избранном виде спорта  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2015 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет [15] зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** [1-8].

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** Курс спортивно-педагогического совершенствования является органичным продолжением основных разделов дисциплины «Теория и методика автомобильного и мотоциклетного спорта» и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных компетенций и необходимых для бакалавра профессиональных знаний, умений, навыков и физической подготовленности.

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);

- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

**5. Краткое содержание дисциплины (модуля):**  
**очная форма обучения**

№	Раздел дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (Автомобильный и мотоциклетный спорт)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоёмкость (в академических часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	МОДУЛЬ 1. Нормативно-правовая база автомобильного и мотоциклетного спорта (АиМС)	1-2	30	42		Диффер. зачёт
2	МОДУЛЬ 2. Начальные элементы педагогического мастерства		30	60		
3	МОДУЛЬ 3. Проектирование, строительство и эксплуатация спортивных сооружений для автотоспорта, и подготовка спортивных трасс автомобильных соревнований	3-4	60	66		Диффер. зачёт
4	МОДУЛЬ 4. Ознакомление с деятельностью федераций, комитетов, комиссий	5-6	60	66		Диффер. зачёт
5	Модуль 5. Организация деятельности спортивной команды	7-8	30	24		Экзамен
6	МОДУЛЬ 6. Соревновательная деятельность		30	33	9	
<b>Всего: 720 часов (20 зачётных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт Спорта и физического воспитания**

**Кафедра Теории и Методики гимнастики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»**

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 «Физическая культура»**

Направленность (профиль):

**Спортивная подготовка**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

**Год набора 2015 г.**

Москва – 2017г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
(наименование)  
Протокол № 16 от «13 » апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
(наименование)  
Протокол № 23 от «26 » апреля 2017 г.

**Составители:** **Ростовцева Марина Юрьевна**, к.п.н., доцент, профессор каф. теории и методики гимнастики ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК),  
**Лисицкая Татьяна Соломоновна**, к.б.н., профессор каф. теории и методики гимнастики ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» (ГЦОЛИФК),

**Рецензент:** **Барчукова Галина Васильевна**, д.п.н., профессор каф. теории и методики индивидуально-игровых видов спорта

Программа дисциплины **«Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»** профессионального цикла базовой части составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) высшего образования (ВО), на основе учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 - Физическая культура, квалификация (степень) выпускника - бакалавр

Курс «Спортивно-педагогическое совершенствование» (СПС) является органичным продолжением основных разделов предмета специализации и направлен на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовленности студентов, необходимых в их будущей профессиональной деятельности.

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования по направлению подготовки «Физическая культура», утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 07.08.2014 №943.

- Рекомендуемая форма составления учебных программ дисциплин (макет - разработан Координационным советом при Минобрнауки РФ).

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2013 №1367 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (с изменениями и дополнениями);

- Учебный план по направлению подготовки «Физическая культура» по профилю подготовки «Спортивная подготовка» и иные локальными актами ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», регламентирующих организацию образовательного процесса.

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Целью освоения дисциплины (модуля) является формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике, а также повышение и совершенствование уровня их спортивного мастерства.

### **Задачи:**

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины СПС общекультурных и профессиональных компетенций;
- подготовить бакалавров, владеющих системой современных научных знаний о закономерностях процессов обучения и тренировки, формах и методах организации, планирования и управления многолетней спортивной подготовкой в спортивной аэробике и фитнес-аэробике;
- сформировать компетенции на основе глубоких знаний и практической готовности к самостоятельному творческому решению воспитательных, оздоровительных, тренировочных задач в различных звеньях физкультурно-спортивной отрасли;
- обеспечить готовность к организации, планированию и управлению спортивной деятельностью, нацеленной на подготовку квалифицированных специалистов в области спортивной аэробике и фитнес-аэробике;
- сформировать готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием спортивной аэробики и фитнес-аэробики для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения населения к здоровому образу жизни на всех этапах возрастного развития человека;
- сформировать организационно-управленческие и финансово-хозяйственные компетенции, вооружить методикой научных исследований, использованием информационных технологий в профессиональной деятельности;
- внедрить в практику достижения отечественных и зарубежных специалистов, стимулировать к собственным инновационным разработкам,

создать на этой основе предпосылки к дальнейшему самосовершенствованию в избранной физкультурно-спортивной деятельности;

- приобрести умения и навыки исполнения основных элементов во всех видах спортивной аэробики и фитнес-аэробики;
- закрепить умения и навыки в обучении технике исполнения элементов спортивной аэробики и фитнес-аэробики и в их совершенствовании;
- закрепить умения и усовершенствовать навыки, воспитать физические качества;
- приобрести знания, умения и навыки в организации, проведении и судействе соревнований по спортивной аэробики и фитнес-аэробики.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ООП (ОПОП) БАКАЛАВРИАТА**

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» является «сквозной» в едином междисциплинарном образовательном процессе, направленном на последовательное и закономерное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных и профессиональных компетенций).

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (Аэробика и фитнес-гимнастика)» относится к дисциплинам вариативной части цикла БЗ основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практических навыков решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивных видов гимнастики.

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» относится к профессиональному циклу базовой части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

Дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)» входит в систему наук, ориентированных на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Ее изучение как сквозной

дисциплины наиболее тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплины профессионального цикла «Аэробика и фитнес-гимнастика» и «Спортивно-педагогическое совершенствование», базируется на логической и содержательно-методической связи с дисциплинами: «История физической культуры», «Анатомия», «Физиология», «Биохимия», «Биомеханика», «Химия», «Физика», «Информатика», «Спортивная метрология», «Спортивная медицина», «Психология», «Педагогика», «Социология», «Экология», «Правовые основы профессиональной деятельности», «Безопасность жизнедеятельности» и др. Данная дисциплина предшествует прохождению спортивно-педагогической, тренерской и организационно-тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент в ней сделан на развитии творческих способностей и формировании общекультурных и профессиональных компетенций, достижении готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся аэробикой и фитнес-гимнастикой.

Подчеркнута также важность нравственно-духовного совершенствования человека в процессе занятий спортивными видами аэробики и фитнес-гимнастики, которые социальны по своей сути, характеризуются конкретным педагогическим содержанием и выраженной воспитательной направленностью. Освоение курса включает в себя также выполнение требований по профессиональной физической подготовке.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности, соответствующие требованиям к поступающим в вуз (абитуриентам).

### **3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)»**

**Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения		Заочная форма обучения
1	3	5		7
<b>ОПК-2:</b> способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов				
	<i>Знать:</i> психолого-педагогические средства и способы организации и управления индивидом, группой людей	1		1
	<i>Знать:</i> методы медико-биологического, педагогического и психологического контроля состояния занимающихся спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой	1		1
	<i>Уметь:</i> использовать в профессиональной деятельности актуальные приемы обучения и воспитания, разнообразные формы занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья, подбирать средства и методы, адекватные поставленным задачам	1		1
	<i>Владеть:</i> методами планирования различных форм занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся	1		1
<b>ОПК-2</b>	<i>Уметь:</i> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития	1		1
	<i>Владеть:</i> - актуальными приемами обучения и воспитания, разнообразными формами занятий с учетом возрастных, морфофункциональных и психологических особенностей занимающихся, уровня их физической и спортивной подготовленности, состояния здоровья - приемами использования технических средств и инвентаря для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий - методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности юных спортсменов в различные периоды возрастного развития	2		2
<b>ОПК-3:</b> Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки				
	<i>Знать:</i> принципы и методы обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике; медико-биологические и психолого-педагогические особенности занимающихся в группах начальной подготовки	2		2
	<i>Знать:</i> требования стандартов спортивной подготовки в фитнес-аэробике и спортивной аэробике <i>Уметь:</i> определять причины возникновения ошибок в технике движений у спортсменов различной квалификации, подбирать приемы	2		2
		2		2

	и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования		
	<b>Владеть:</b> техникой спортивной аэробики и фитнес-аэробики, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений	2	3
	<b>Уметь:</b> аргументировать социальную и личностную значимость спортивной аэробики и фитнес-аэробики, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать у населения мотивации к занятиям этими видами спорта	3	3
<b>ОПК-3</b>	<b>Владеть:</b> методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта, приемами агитационно-пропагандистской работы по привлечению населения к занятиям физической культурой и спортом и, в частности, спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой	3	3
<b>ОПК-5</b>	способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений		
	<b>Знать:</b> психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся	3	3
	<b>Знать:</b> историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения	3	3
	<b>Уметь:</b> использовать технические средства и инвентарь для повышения эффективности учебно-тренировочных занятий	4	4
	<b>Владеть:</b> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития; использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся	4	4
<b>ОПК-5</b>	<b>Уметь:</b> планировать различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся	4	4
	<b>Владеть:</b> методами использования измерительной и вычислительной техники, справочной и специальной научно-методической литературы, результатов научных исследований	4	5
<b>ОПК-8:</b>	способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по избранному виду спорта		
	<b>Знать:</b> основные положения правил соревнований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	5	5
	<b>Знать:</b> материально-техническое обеспечение, необходимое для организации учебной и спортивной деятельности в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	5	5
	<b>Уметь:</b> организовывать и проводить физкультурно-массовые мероприятия и спортивные соревнования	5	5
	<b>Владеть:</b> способами организации и проведения физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований	5	5
<b>ОПК-8</b>	<b>Уметь:</b> разрабатывать и составлять финансовую отчетность, заключать договоры на аренду, заказывать и приобретать физкультурно-спортивный инвентарь	5	5
	<b>Владеть:</b> навыками объективного судейства соревнований, навыками обеспечения безопасности и медицинского сопровождения соревнований	5	6
<b>ПК-10</b>	способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся		
	<b>Знать:</b> психофизиологические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических способностей и двигательных умений занимающихся и основанную	6	6

	на этом систему отбора и спортивной ориентации ; <b>Знать:</b> теорию, методику и организационные основы отбора в спортивной аэробике и фитнес-аэробике <b>Уметь:</b> аргументировать социальную и личностную значимость спортивной аэробики и фитнес-аэробики, прогнозировать условия и направления ее развития в социально-культурном аспекте, формировать у населения мотивацию к занятиям этими видами спорта <b>Владеть:</b> методами определения способностей и уровня готовности личности включиться в занятия спортивной аэробики и фитнес-аэробики <b>Уметь:</b> использовать ценности, накопленные в области физической культуры и спорта, для воспитания патриотизма и любви к Отечеству, стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятиях <b>Владеть:</b> приемами определения общих и конкретных целей и задач в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления ее здоровья, физического совершенствования	6	6
<b>ПК-10</b>		6	6
	<b>ПК-11</b> - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта <b>Знать:</b> специфику и содержание этапов многолетнего тренировочного процесса, принципов организации и построения тренировочно-соревновательной деятельности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике <b>Знать:</b> истоки и эволюцию формирования теории спортивной тренировки, медико-биологические и психологические основы, технологию тренировки в детско-юношеском спорте и у спортсменов массовых разрядов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике <b>Уметь:</b> определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации как составной части гармоничного развития личности, укрепления здоровья, физического совершенствования <b>Владеть:</b> методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности юных спортсменов в различные периоды возрастного развития <b>Уметь:</b> определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике в различные периоды возрастного развития, использовать методы педагогической и психологической диагностики, изучать коллектив и индивидуальные особенности занимающихся <b>Владеть:</b> методами планирования различных форм занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физкультурной деятельности, климатических, региональных, национальных особенностей в целях совершенствования природных данных, поддержания здоровья, оздоровления и рекреации занимающихся	6	7
<b>ПК-11</b>		6	7
	<b>ПК-14</b> - способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности <b>Знать:</b> историю развития педагогической мысли, актуальные дидактические технологии, методы педагогического контроля и контроля качества обучения; способы взаимодействия педагога с различными субъектами образовательного процесса <b>Знать:</b> основные понятия теории и методики аэробики и фитнес-гимнастики, методы обучения и технико-тактического совершенствования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике <b>Уметь:</b> использовать информацию психолого-педагогических, медико-биологических методов контроля для оценки влияния физических нагрузок на индивида и вносить коррективы в процесс занятий	7	8
		7	8
		7	8

ПК-14	<i>Владеть:</i> техникой аэробики и фитнес-гимнастики, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных упражнений	7	9
	<i>Уметь:</i> определять причины возникновения ошибок в технике движений у спортсменов различной квалификации, подбирать приемы и средства для их устранения, создавать условия для самоанализа и совершенствования	8	9
	<i>Владеть:</i> методиками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники	8	9
ПК-15 - способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму			
ПК-15	<i>Знать:</i> основные понятия теории и методики спортивной аэробики и фитнес-аэробики, методы обучения и технико-тактического совершенствования	8	9
	<i>Знать:</i> основы научно-исследовательской деятельности с учетом специфики спортивной аэробики и фитнес-аэробики	8	9
	<i>Уметь:</i> пользоваться измерительной и вычислительной техникой, справочной и специальной научно-методической литературой, результатами научных исследований	8	10
	<i>Владеть:</i> методами диагностики функционального состояния, физического развития и уровня подготовленности спортсменов в различные периоды возрастного развития, методиками рационального использования учебно-лабораторного и управленческого оборудования, специальной аппаратуры и инвентаря, современной компьютерной техники	8	10
	<i>Уметь:</i> уметь критически оценивать и корректировать собственную профессиональную деятельность в зависимости от результатов контроля деятельности занимающихся	8	10
	<i>Владеть:</i> методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта	8	10

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)»

(Очная форма обучения. Общие положения)

Основными формами организации занятий являются практические занятия. *Практические занятия*, включая методические, лабораторные, учебную практику, организацию и судейство соревнований, личное участие в соревнованиях, сбор и обработку исследовательского материала преобладают в изучении данного курса. Они направлены на овладение общекультурными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию спортивной аэробики и фитнес-аэробики в России как видов спорта и эффективного средства оздоровления населения, проведению тренировочно-спортивных, рекреационных

и оздоровительных занятий, организации и судейству соревнований, анализу соревновательной и тренировочной деятельности.

На практических занятиях происходит углубление знаний и формирование компетенций их применения в реальной профессиональной деятельности.

**Внеаудиторная самостоятельная работа** проводится по каждому разделу дисциплины и включает самостоятельное выполнение расчетно-графических работ, контрольно-тестовых практических заданий, подготовку к проведению контрольных тренировок и зачетных занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач, подготовку к судейству соревнований и др. **Аудиторную самостоятельную работу** проводят, как правило, в форме отчетов-консультаций по каждому самостоятельно выполненному заданию на занятиях (не более 10% аудиторного времени).

Общая трудоемкость дисциплины составляет **20 зачетных единиц, 720 часов.**

#### **5. ФОРМЫ РУБЕЖНОЙ АТТЕСТАЦИИ (ПО КУРСАМ И СЕМЕСТРАМ)**

Формат: Список

Курс	I	II	III	IV
Семестр	2	4	6	8
Форма аттестации	экзамен	экзамен	экзамен	экзамен

#### **6. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СЕМЕСТРОВ ПО УЧЕБНОМУ ПЛАНУ**

Формат: Список

Курс, номер семестра	I-1	I-2	II-3	II-4	III-5	III-6	IV-7	IV-8
Кол-во недель	22	18	20	18	18	18	20	12

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 720 часов (20 зачётных единиц), экзамен – 2,4,6,8 семестры, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа.

**7. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ «СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА)». ОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

Общая трудоемкость **20** з.е., или **720** час.

Формат: Список

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>				<b>58</b>	<b>120</b>	<b>178</b>	
1.1	Основы техники выполнения движений в:						Технический зачет
	• Фитнес-аэробике	<b>I</b>	<b>1-5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
	• Аэробике	<b>III</b>	<b>1-5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
	• Степ-аэробике	<b>V</b>	<b>1-4</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
1.2	• Хип-хоп-аэробике	<b>VII</b>	<b>1-4</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	Технический зачет
	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:						
	• Техника прыжков	<b>I</b>	<b>6-12</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
	• Техника динамичных силовых элементов	<b>III</b>	<b>6-10</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
1.3	• Техника статических силовых элементов	<b>V</b>	<b>4-7</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	Зачет по тесту
	• Техника элементов на гибкость	<b>VII</b>	<b>5-9</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики	<b>I</b>	<b>13-22</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
		<b>III</b>	<b>11-20</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	
		<b>V</b>	<b>8-12</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
		<b>VII</b>	<b>10-14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>				<b>58</b>	<b>120</b>	<b>178</b>	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по	<b>II</b>	<b>25-29</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	Отчет по судейской

	фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках	<b>IV</b>	<b>25-27</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	документации
		<b>V</b>	<b>13</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках	<b>II</b>	<b>30-34</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	Отчет по судейской документации
		<b>IV</b>	<b>27-29</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
		<b>V</b>	<b>14-16</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
		<b>VII</b>	<b>15-16</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	<b>IV</b>	<b>30-32</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	Отчет по судейской документации
		<b>V</b>	<b>16-18</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	
		<b>VII</b>	<b>17-18</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	<b>VI</b>	<b>25-29</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	Отчет по судейской документации
		<b>VII</b>	<b>19-20</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)	<b>VIII</b>	<b>31-35</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников	<b>IV</b>	<b>32-34</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Отчет по сценарию и бланкам оценки
		<b>VI</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	
		<b>VIII</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				<b>58</b>	<b>120</b>	<b>178</b>	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	<b>II</b>	<b>35</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	Зачет по тестам хореографии
		<b>IV</b>	<b>35</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	
		<b>VI</b>	<b>30-31</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	
		<b>VIII</b>	<b>36-37</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике	<b>II</b>	<b>36-42</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>23</b>	Зачет по тестам СФП
		<b>IV</b>	<b>36-42</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	
		<b>VI</b>	<b>31-35</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	
		<b>VIII</b>	<b>37-39</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	
<b>Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики</b>				<b>58</b>	<b>119</b>	<b>177</b>	

4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	VI	35-37	16	30	46	Постановка части программы, анализ
		VIII	39-40	16	30	46	
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике	VI	38-42	16	30	46	Постановка части программы, анализ
		VIII	40-42	10	29	39	
<b>Экзамен</b>		VIII	43			36	<b>Экзамен</b>
<b>Итого:</b>				240	444	720	
				684		720	

**СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА). ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

Общая трудоемкость **20** з.е., или **720** час.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы			Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
	<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>			<b>30</b>	<b>150</b>	<b>180</b>	
1.1	Основы техники выполнения движений в:						Технический зачет
	• Фитнес-аэробике			2	10	12	
	• Аэробике			2	20	22	
	• Степ-аэробике			2	10	12	
	• Хип-хоп-аэробике			2	20	22	
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:						Технический зачет
	• Техника прыжков			2	20	22	
	• Техника динамичных силовых элементов			2	10	12	
	• Техника статических			2	20	22	

	СИЛОВЫХ ЭЛЕМЕНТОВ						
	• Техника элементов на гибкость			2	10	12	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики			14	30	44	Зачет по тесту
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>				30	150	180	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках			6	30	36	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках			6	40	44	Отчет по судейской документации
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии			6	30	46	Отчет по судейской документации
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии			6	20	26	Отчет по судейской документации
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)			6	10	16	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников			6	20	26	Отчет по сценарию и бланкам оценки
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				14	150	164	
3.1	Хореографическая			8	70	78	Зачет по

	подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике					тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		6	80	86	Зачет по тестам СФП
<b>Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики</b>			10	150	160	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды		6	70	76	Постановка части программы, анализ
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике		4	80	84	Постановка части программы, анализ
<b>Экзамены</b>					36	<b>Экзамен</b>
<b>Итого:</b>			84	600		
			684		720	

**СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (АЭРОБИКА И ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА). ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ (УСКОРЕННОЕ ОБУЧЕНИЕ НА БАЗЕ ВПО)**

Общая трудоемкость **20** з.е., или **720** час.

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы		Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
			Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	

<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>				<b>10</b>	<b>150</b>	<b>160</b>	
1.1	Основа техники выполнения движений в:						Технический зачет
	• Фитнес-аэробике			<b>1</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	
	• Аэробике			<b>1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	
	• Хип-хоп-аэробике			<b>1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	
1.2	Основа техники выполнения движений в спортивной аэробике:						Технический зачет
	• Техника прыжков			<b>1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	
	• Техника динамичных силовых элементов			<b>1</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	
	• Техника статических силовых элементов			<b>1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	
	• Техника элементов на гибкость			<b>1</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики			<b>2</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	Зачет по тесту
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>				<b>10</b>	<b>150</b>	<b>160</b>	
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках			<b>2</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках			<b>2</b>	<b>40</b>	<b>42</b>	
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии			<b>2</b>	<b>30</b>	<b>32</b>	Отчет по судейской документации
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в			<b>2</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	

	качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии						документации
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)			<b>1</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	Отчет по судейской документации
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников			<b>1</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	Отчет по сценарию и бланкам оценки
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				<b>14</b>	<b>150</b>	<b>164</b>	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике			<b>8</b>	<b>70</b>	<b>78</b>	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике			<b>6</b>	<b>80</b>	<b>86</b>	Зачет по тестам СФП
<b>Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики</b>				<b>10</b>	<b>157</b>	<b>167</b>	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды			<b>6</b>	<b>77</b>	<b>83</b>	Постановка части программы, анализ
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике			<b>4</b>	<b>80</b>	<b>84</b>	Постановка части программы, анализ
<b>Экзамен</b>						<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>Итого:</b>				<b>44</b>	<b>667</b>		
				<b>711</b>		<b>720</b>	

**8. ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (1-Й И 2-Й СЕМЕСТРЫ)**Общая трудоемкость **6,5** з.е., или **237** час.

← Формат: Список

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>		<b>I</b>		<b>20</b>	<b>70</b>	<b>90</b>	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в:		<b>1-5</b>				
	• Фитнес-аэробике						
	• Аэробике			<b>8</b>	<b>26</b>	<b>32</b>	
	• Степ-аэробике						
	• Хип-хоп-аэробике						
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике:		<b>6-12</b>				Технический зачет
	• Техника прыжков						
	• Техника динамичных силовых элементов			<b>8</b>	<b>20</b>	<b>28</b>	
	• Техника статических силовых элементов						
	• Техника элементов на гибкость						
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики	<b>I</b>	<b>13-22</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	<b>28</b>	Зачет по тесту
<b>Всего за семестр</b>				<b>20</b>	<b>70</b>	<b>90</b>	
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>		<b>II</b>		<b>20</b>	<b>42</b>	<b>62</b>	Отчет по судейской

2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке, судьи при участниках		<b>25-29</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>32</b>	документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		<b>30-34</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	Отчет по судейской документации
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>		<b>II</b>		<b>12</b>	<b>70</b>	<b>82</b>	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>35</b>	<b>6</b>	<b>30</b>	<b>36</b>	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>36-42</b>	<b>10</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	Зачет по тестам СФП
<b>экзамен</b>						<b>9</b>	
<b>Итого:</b>				<b>55</b>	<b>182</b>	<b>237</b>	

### Программный материал

1.1 Фитнес-аэробика

1.1.1 Аэробика

## Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики

### Практико-методические занятия

#### **Базовые шаги классической аэробики. Техника выполнения базовых шагов**

Структурные компоненты хореографии в аэробике. Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Классификация шагов классической аэробики. Изменение интенсивности. Изменение направления выполнения шагов.

Основные базовые шаги низкой ударности, низкой интенсивности, низкой ударности высокой интенсивности и высокой ударности. Движения руками: 1 – движения низкой амплитуды; 2 – движения средней амплитуды; 3 - движения высокой амплитуды. Имитационные движения руками.

Классификация шагов классической аэробики. Изучение техники выполнения шагов. Изменение интенсивности. Изменение направления выполнения шагов.

#### **Движения руками**

Классификация движений руками. Техника выполнения движений руками. Типичные ошибки при выполнении движений руками.

#### **Практические занятия**

**Основные базовые шаги:** марш (*march*), приседание (*squat*), приставной шаг (*step touch*), виноградная лоза (*grape vine*), два приставных шага в сторону (*step line*), V-шаг (*V-step*), шаг с поворотом (*turn step*), шаг с касанием (*step tap*), открытый шаг, выпад (*lunge*), мамбо.

**Шаги-подъемы:** подъем колена вверх (*knee up*), подъем ноги в сторону (*lift leg side*), захлест ноги назад (*leg curl*), выброс прямой ноги вперед (*kick*), «повторы» с подъемом ног (*repeters*).

#### **Упражнения стиля «high-impact»**

1. Бег.
2. Подскоки.
3. Прыжки.
4. Прыжки ноги вместе и ноги врозь (*jumping jack*).

**Движения руками:** сокращение бицепса (*biceps curl*), низкая гребля (*low row*), низкий удар (*low pinch*), сокращение трицепса сзади (*triceps press back*), высокая гребля (*upright row*), боковые подъемы (*side lateral rises*), подъемы рук вперед (*front shoulder rises*), плечевой удар (*shoulder punch*), двойной боковой в сторону (*double side out*), вперед-в сторону (*L-side*), сгибание рук над головой (*alternating overhead press*), вперед-вверх (*L-front*), вверх-вниз (*slice*).

#### **Изучение техники выполнения шагов**

Структурные компоненты хореографии в аэробике. Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Техника выполнения шагов. Выполнение шагов со сменой интенсивности и направления. Выполнение шагов под музыку.

#### **Движения руками**

Движения низкой, средней и высокой амплитуды. Симметричные, несимметричные, одновременные и последовательные движения руками.

Техника выполнения движений руками. Шаги классической аэробики с различными движениями руками.

#### **1.1.2 Степ-аэробика**

##### **Методические занятия**

##### **Базовые шаги степ-аэробики. Техника выполнения базовых шагов**

Понятия: «базовое движение ног», «модификация движения ног». Требования к технике выполнения шагов. Пути повышения интенсивности. Понятия «ударности» и «интенсивности». Шаги: низкой ударности и низкой интенсивности; низкой ударности и высокой интенсивности; высокой ударности и высокой интенсивности.

Классификация шагов степ-аэробики. Изменение интенсивности. Сочетание шагов степ-аэробики с работой рук.

##### **Практические занятия**

Изучение техники выполнения шагов. Техника выполнения шагов. Выполнение шагов со сменой интенсивности и с работой рук. Выполнение шагов под музыку. Освоение техники выполнения шагов, изменения интенсивности и включения в работу рук. Отработка выполнения шагов под музыку.

### **1.1.3 Хип-хоп-аэробика**

#### **Методические занятия**

Основы хип-хоп-аэробики. «Старая» и «новая» школы. Хип-хоп-аэробика FISAF. Музыкальное сопровождение.

Стили хип-хоп-аэробики. Характеристика стилей: *Locking, Popping, Electric boogie, Breakdancing, Uprock*, фанк, уличные танцы. Музыкальное сопровождение данных стилей.

#### **Практические занятия**

Изучение и отработка техники выполнения движений в стилях: *Locking, Popping, Electric boogie, Breakdancing, Uprock*, фанк, уличные танцы. Подбор музыки и отработка техники движений.

### **1.2 Спортивная аэробика**

*Физические качества и аэробика. Тестирование. Основа правил соревнований по спортивной аэробике.*

Развитие и поддержание физических качеств как неотъемлемая черта преподавателя аэробики. Развитие физических качеств средствами аэробики. Основы тестирования. Значимость оценки различных сторон двигательной деятельности занимающихся спортивной аэробикой. Определение ведущих качеств для спортсменов. Оценка исходных состояний занимающихся и возможность прогнозирования их развития. Некоторые способы и нормативы тестирования отдельных физических показателей спортсменов.

Основное содержание правил соревнований по спортивной аэробике: участники, площадка, время, судьи, форма, параметры судейства (техника, артистичность, трудность.). Содержание композиции.

#### **Методико-практические занятия**

*Содержание программы по спортивной аэробике. Физические качества спортсмена по спортивной аэробике – их отражение в обязательных элементах.*

Базовые движения как основа структуры спортивной композиции. Особенности сочетания базовых движений, их стилистика и техника. Видео-просмотр спортивных программ с целью поиска и выделения базовых движений.

Базовые основы развития физических качеств спортсмена. Особенности проявления физических качеств при выполнении программы по спортивной аэробике. Правила соревнований о подборе элементов в спортивную программу.

Видео-просмотр соревнований с целью поиска обязательных элементов и анализ физической подготовки спортсмена.

*Особенности парной акробатической подготовки спортсменов спортивной аэробики.*

Требования к выполнению парных акробатических упражнений сквозь призму правил соревнований. Специфические особенности различных форм поддержек. Акробатическое взаимодействие партнеров как неотъемлемая часть программы спортивной аэробики. Особенности первой и финальной поддержек. Видео-просмотр с целью поиска специфических поддержек, тесно вплетенных в композицию.

## **Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики**

### **Методические занятия**

#### ***2.1 Система соревнований в фитнес-аэробике***

Международная федерация спорта, аэробики и фитнеса; дисциплины, категории участников. Требования, предъявляемые к проведению соревнований: туры, порядок выступления. Требования, предъявляемые к выступлению: дисциплины, количество человек в команде, замена участника, возрастные категории, костюм, площадка, фальстарт, время выступления, музыка, оборудование. Антидопинговая политика. Процедура дисквалификации. Протесты.

#### ***2.2 Порядок проведения соревнований***

Судейская коллегия и ее обязанности. Состав и специфика судейства артистизма, техники, специфики вида. Главный судья соревнований и его обязанности. Обязанности судей. Этика и профессионализм судейства. Конфликт интересов. Код поведения судьи. Профессионализм судей. Одежда судьи и его принадлежности.

Ранговая (сравнительная) оценка судейства. Ее специфика.

## **Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка**

### ***3.1 Хореография***

#### **Методико-практические занятия**

#### ***Упражнения классического танца: подготовительные и основные***

Выполнение подготовительных упражнений классического танца: деми плие, гран плие, релевэ, батман тандю и т.д. Акцент на правильной технике

движений и методике обучения. Выполнение упражнений у станка и на середине. Позиции ног и рук. Учебная практика в составе учебной группы.

**Техника упражнений классического танца и методика обучения**

Техника выполнения подготовительных и основных упражнений классического танца. Последовательность обучения упражнениям. Последовательность освоения позиций ног и рук. Расположение группы на уроке хореографии. Поведение преподавателя. Порядок подачи команд, подсчета, дозирование упражнений. Методика составления конспекта урока хореографии. Специфика проведения урока хореографии с начинающими и с опытными спортсменами. Учебная практика.

**9.ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (3-Й И 4-Й СЕМЕСТРЫ)**

Общая трудоемкость **3,5 з.е.**, или **126 час.**

Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Формы контроля
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
	<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>	<b>III</b>		<b>20</b>	<b>22</b>	<b>42</b>	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика		<b>1-5</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	
1.2	Основы техники выполнения движений в аэробике: техника прыжков; техника динамичных силовых элементов; техника статических силовых элементов; техника элементов на гибкость		<b>6-10</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	
1.3	Воспитание специальной		<b>11-20</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	Зачет по

	выносливости в спортивных видах аэробики						тесту
<b>Всего за семестр</b>			<b>20</b>	<b>22</b>	<b>42</b>		
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>		<b>IV</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>42</b>		Отчет по судейской документации
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		<b>25-27</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		<b>27-29</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	<b>IV</b>	<b>30-32</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников	<b>IV</b>	<b>32-34</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	Отчет по сценарию и бланкам оценки
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				<b>20</b>	<b>22</b>	<b>42</b>	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>35</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>36-42</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>22</b>	Зачет по тестам СФП
<b>экзамен</b>						<b>9</b>	
<b>Итого часов</b>			<b>60</b>	<b>66</b>	<b>126</b>		

## **Программный материал**

### **Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики**

#### 1.1. Фитнес-аэробика

##### 1.1.1. Аэробика

#### **Методические занятия**

##### *Музыкальное сопровождение в фитнес-аэробике*

Значение и функции музыкального сопровождения при занятиях фитнес-аэробикой. Элементы музыкальной грамоты. Понятие о размере, ритме, темпе. Фразировка музыкального произведения. Правила подачи команд под музыкальное сопровождение. Музыкальное сопровождение дисциплин фитнес-аэробики.

Эффекты воздействия музыкального сопровождения на занимающихся: эстетический, эмоциональный, стимулирующий, облегчающий. Функции преподавателя при использовании музыкального сопровождения.

#### **Практические занятия**

Практика в простукивании ритма музыкальных произведений. Практика в определении сильной и слабой долей, музыкальной фразы, квадрата. Прослушивание различных музыкальных отрывков. Определение на слух границ музыкальной фразы, квадрата.

##### *Виды передвижений*

#### **Методические занятия**

Понятия «*formation*» и «*swap*». Виды передвижений. Техника выполнения передвижений. Соединение шагов классической аэробики. Сочетание различных передвижений с шагами классической аэробики.

#### **Практические занятия**

Отработка техники выполнения перемещений в сочетании с различными шагами аэробики. Соединение шагов классической аэробики. Выполнение и составление простейших комбинаций под музыку. Составление простейших комбинаций, используя шаги классической аэробики, движения руками, изменение на них интенсивности и направления, различные виды перемещений под музыкальное сопровождение.

### **1.1.2 Степ-аэробика**

#### **Виды перемещений**

##### **Методические занятия**

Подходы к степ-платформе. Направления перемещения по степ-платформе. *Swaps* и *formation* в степ-аэробике. Техника выполнения передвижений. Соединение шагов степ-аэробики. Изменение положений степ-платформы в пространстве. Сочетание различных перемещений и передвижений с шагами степ-аэробики.

##### **Практические занятия**

Отработка техники выполнения перемещений, изменения подходов к степ-платформе, изменения положений степ-платформы в сочетании с различными шагами степ-аэробики. Соединение шагов степ-аэробики. Выполнение и составление простейших комбинаций под музыку.

Составление простейших комбинаций, используя шаги степ-аэробики, движения руками, изменение на них интенсивности, подходов к степ-платформе, направлений перемещений по степ-платформе, изменение положений степ-платформы в сочетании с различными видами перемещений под музыку.

### **1.1.3 Хип-хоп-аэробика**

#### **Составление комбинаций**

##### **Методические занятия**

Теоретические основы составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика». Использование различных стилей и движений. Взаимодействия членов команды. Музыкальное сопровождение. Обыгрывание движениями текста музыкального сопровождения.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

##### **Практические занятия**

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Составление комбинаций хип-хоп-аэробики.

### **1.2 Спортивная аэробика**

##### **Методические занятия**

Становление спортивной аэробики как вида спорта. Краткая история развития. Международные спортивные организации. Развитие этого вида спорта в России. Тенденции развития. Основные движения, правила соревнований.

Программа соревнований, особенности судейства. Классификация элементов. Обязательные элементы. Методика проведения и организации занятий. Особенности обучения базовым движениям. Требования к тренеру и спортсмену.

#### **Практические занятия**

Овладение движениями спортивной аэробики. Моделирование соревнований на занятиях. Анализ техники выполнения основных элементов: прыжков, поворотов, равновесий, силовых элементов, элементов на гибкость. Освоение навыков обучения.

#### **Тренерская практика**

Обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям.

Проведение части занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки.

Проведение отдельных частей занятия ритмической гимнастикой, хореографией.

### **Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики**

#### **2.6 Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников**

##### **Методическое занятие**

Организация фестивалей и конкурсов. Подготовка документации (сметы, графики и т.д.) Программа выступлений. Подходы к определению победителей. Проведение церемонии открытия и закрытия.

Методика подготовки, организации и проведения соревнований. Требования к обеспечению соревнований. Составление Положения, сметы, протоколов.

##### **Практические занятия**

Составление Положения о проведении соревнований, программы соревнований. Проведение мини-соревнований. Подготовка к проведению соревнований.

#### **3.1 Хореографическая подготовка**

##### **Методико-практические занятия**

##### ***Боди-балет как явление в аэробике***

Построение урока, применяемые средства, специфика музыкального сопровождения.

Различные виды уроков в зависимости от применяемых средств, различные виды расположения занимающихся (на середине, у станка, в партере, с перемещениями по периметру и диагонали).

Методика проведения уроков оздоровительной аэробикой с элементами классического танца.

Методические особенности проведения занятия и обучения упражнениям, специфика музыкального сопровождения и методика подбора фонограммы.

Практическое выполнение упражнений под руководством преподавателя. Учебная практика.

### ***Ритмическая гимнастика***

#### **Методико-практические занятия**

Упражнения с предметами, отягощениями, в парах, у опоры, упражнения заключительной части занятия.

Упражнения с предметами и отягощениями: мячом, обручем, погремушкой, массажером, гантелями, экспандером, резиновым бинтом, скакалкой.

Упражнения в парах: пассивные методы развития гибкости, упражнения с партнером как с отягощением, упражнения на ловкость и координацию.

Упражнения у опоры: упражнения хореографической подготовки, разновидности общеразвивающих упражнений в облегченных условиях.

Упражнения заключительной части занятия: упражнения на расслабление, дыхание, элементы гимнастики йогов, элементы аутотренинга.

Упражнения танцевального характера. Беговые и прыжковые упражнения.

Элементы народных танцев. Движения руками, туловищем, плечами, характерные сочетания движений в различных частях тела. Специфика европейского, восточного, азиатского, латиноамериканского стилей.

Элементы современных танцев. Стиль диско, каратэ. Соединения танцевальных элементов танцев: рок-н-ролл, синти-поп, «новая волна», брейк-данс: «робот», «фараон», «электро-буги», партер, диско-самба, хип-хоп. Разучивание композиций из танцевальных элементов. Элементы пантомимы. Имитация различных видов деятельности. Танцы для детей. Танцы для мужчин.

Учебная практика в парах и отделениях.

Различные виды бега и прыжков на месте и с небольшими перемещениями. Сочетания беговых и прыжковых упражнений. Движения руками и головой при выполнении бега и прыжков. Учебная практика в парах и отделениях.

**10. ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (5-Й И 6-Й СЕМЕСТРЫ)**

Общая трудоемкость 2,25 з.е., или 81 час.

Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Контроль успеваемости
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики</b>		<b>V</b>		<b>20</b>	<b>3</b>	<b>23</b>	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика; степ-аэробика; хип-хоп-аэробика		<b>1-4</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	
1.2	Основы техники выполнения движений в спортивной аэробике: техника прыжков; техника динамичных силовых элементов; техника статических силовых элементов; техника элементов на гибкость		<b>4-7</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики		<b>8-12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	Зачет по тесту
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>				<b>20</b>	<b>3</b>	<b>38</b>	Отчет по судейской документации
2.1	Участие в организации и судействе соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках		<b>13</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	
2.2	Судейство соревнований по		<b>14-16</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	

	спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках						
2.3	Судейство соревнований по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		<b>16-18</b>	4	1	8	
<b>Всего за семестр</b>				<b>32</b>	<b>6</b>	<b>56</b>	
2.4	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	<b>VI</b>	<b>25-29</b>	4	1	8	
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников		<b>30</b>	4	1	6	Отчет по сценарию и бланкам оценки
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				<b>10</b>	<b>3</b>	<b>28</b>	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>30-31</b>	4	1	6	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		<b>31-35</b>	16	1	18	Зачет по тестам СФП
<b>Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики</b>				<b>10</b>	<b>3</b>	<b>22</b>	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды		<b>35-37</b>	10	1	12	Постановка части программы, анализ
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике		<b>38-42</b>	20	1	22	Постановка части программы, анализ
<b>экзамен</b>						<b>9</b>	
<b>Итого часов</b>				<b>60</b>	<b>12</b>	<b>81</b>	

### Программный материал

#### Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики

1.1 Фитнес-аэробика.

1.1.1 Аэробика.

### **Методические занятия**

#### ***Регулирование нагрузки на занятиях фитнес-аэробикой***

Характеристика нагрузки в фитнес-аэробике. Параметры нагрузки. Чередование нагрузки и отдыха. Методы повышения интенсивности занятий.

Методика управления нагрузкой. Типы построения нагрузки на занятиях разной направленности. Контроль за занимающимися. Виды контроля. Необходимые уровни восстановления при повторных нагрузках.

Методика подготовки программ обучения и конспектов для отдельных этапов обучения. Целостная обучающая программа. Методика исправления ошибок.

Основы составления комбинаций дисциплины «Фитнес-аэробика». Понятие «*cross phrasing*». Короткие и длинные рычаги в движениях рук и ног. Движения головой, туловищем. Понятие противоположных планов. Понятие уровней. Разнообразие движений.

#### **Практические занятия и учебная практика**

Проведение занятий различной направленности в отдельной дисциплине фитнес-аэробики с учетом возрастной категории. Перенапряжение и перетренировка, профилактика и способы восстановления.

Обучение отдельным упражнениям группы студентов. Составление обучающей программы. Выполнение конкретных учебных заданий.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

#### ***1.1.2 Степ-аэробика***

##### ***Методика составления комбинаций дисциплины «Степ-аэробика»***

#### **Методические занятия**

Основы составления комбинаций дисциплины «Степ-аэробика». *Cross phrasing* в степ-аэробике. Короткие и длинные рычаги в движениях рук и ног. Движения головой, туловищем. Понятие противоположных планов. Понятие уровней. Разнообразие движений. Требования к осанке при работе на степ-платформе.

Особенности составления комбинаций для разных возрастных категорий. Составление комбинации для определенной возрастной категории.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

### **Практические занятия и учебная практика**

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Использование их в комбинации. Рассмотрение запрещенных упражнений.

Тренинг в составлении комбинаций. Составление части программы. Разучивание составленных частей программ. Анализ полученных композиций.

#### **1.1.3 Хип-хоп-аэробика**

##### **Методика составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика»**

##### **Методические занятия**

Основы составления комбинаций дисциплины «Хип-хоп-аэробика». Использование различных стилей и движений. Взаимодействия членов команды. Музыкальное сопровождение. Обыгрывание движениями текста музыкального сопровождения. Особенности составления комбинаций для разных возрастных категорий.

Особенности выполнения разрешенных упражнений. Методика обучения. Запрещенные упражнения.

### **Практические занятия и учебная практика**

Составление комбинации для определенной возрастной категории.

Освоение техники выполнения разрешенных упражнений. Использование их в комбинации. Рассмотрение запрещенных упражнений.

## **Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики**

### **Методические занятия**

Судейские коллегии дисциплин «Фитнес-степ-аэробика», «Фитнес-аэробика», «Хип-хоп-аэробика». Судейство техники, судейство артистичности дисциплин «Фитнес-степ-аэробика», «Фитнес-аэробика». Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика».

Судейство техники дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие шагов и перемещений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: хореография, соответствующая степ-аэробике, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство техники дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие движений, качество исполнения.

Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность хореографии, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика»: сложность хореографии/стили; музыкальное сопровождение/интерпретация; техническое исполнение/синхронность; представление/презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

#### **Учебная практика**

Практическое судейство соревнований разного уровня. Получение судейской категории.

### **Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка**

#### **3.1 Хореографическая подготовка**

##### **Методические занятия**

Методика проведения частей урока хореографии. Проведение урока хореографии с разным возрастным контингентом. Составление конспекта занятия.

##### **Практические занятия и учебная практика**

Практическое проведение частей урока хореографии со студентами и учениками ДЮСШ. Анализ уроков.

#### **3.2 Ритмическая гимнастика**

##### **Методические занятия**

Техника и методика обучения упражнениям РГ. Методика составления комплексов упражнений РГ. Техника и методика обучения гимнастическим упражнениям: особенности и специфика, эстетическая окраска движений, многосуставная работа опорно-двигательного аппарата, амплитудность, сочетание движений и музыки. Специфика техники и методики обучения танцевальным элементам: основные движения, методика освоения ходьбы, поворотов, падений, импровизация. Применение целостного и расчлененного методов обучения. Исправление ошибок.

Методика составления соединений, «цепочек», блоков. Чередование блоков в части комплекса. Смена исходных положений как важный пункт в регулировании нагрузки. Дозирование упражнений.

Составление комплекса атлетической направленности. Составление комплекса кардиореспираторной направленности. Комплекс смешанной направленности.

#### **3.3. Развитие физических качеств в процессе занятий**

Методика развития гибкости. Активные и пассивные упражнения. Силовая тренировка. Метод повторных упражнений и его применение. Методы координационных способностей, ловкости. Воспитание выносливости. Серийно-поточный метод проведения занятий. Применение беговых, прыжковых упражнений.

#### **Практические занятия и учебная практика**

Составление комплекса атлетической направленности. Составление комплекса кардиореспираторной направленности. Комплекс смешанной направленности. Практическое проведение занятий.

### **Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики**

#### **4.1 Спортивная аэробика**

##### **Методические занятия**

Формирование навыков исполнения базовых движений с различными техническими характеристиками и координационной сложностью. Формирование навыков исполнения координационно сложных движений. Регулирование координационной сложности движений. Составление мини-композиций с высокой координационной сложностью. Формирование навыков выполнения и методики обучения базовым элементам спортивной аэробики. Формирование навыков страховки и помощи. Использование базовых движений различной координационной сложности и стилистической направленности в занятии аэробикой.

#### **Практические занятия и учебная практика**

Техника выполнения базовых движений. Взаимосочетание базовых движений в стандартной композиции. Особенности техники базовых движений при изменении ударной нагрузки. Анализ техники выполнения базовых движений ведущими спортсменами. Особенности метода «разбивания» базовых движений. Сочетание и взаимосвязь техники различных базовых движений при изменении ударной нагрузки.

##### **Композиционные особенности программ**

Обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям. Проведение части занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки. Проведение отдельных частей занятия ритмической гимнастикой, хореографией.

**11. ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ (7-Й И 8-Й СЕМЕСТРЫ)**Общая трудоемкость **7,75** з.е., или **279** час.

Формат: Список

№ раздела и темы	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, трудоемкость (час)			Формы контроля
				Аудиторные, практические занятия	Внеаудиторная, самостоятельная работа	Итого	
<b>Раздел 1. Техника выполнения упражнения в спортивных видах аэробики</b>		<b>VII</b>		<b>10</b>	<b>56</b>	<b>54</b>	Технический зачет
1.1	Основы техники выполнения движений в фитнес-аэробике: аэробика, степ-аэробика; хип-хоп-аэробика		<b>1-4</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
1.2	Основы техники спортивной аэробики: техника прыжков; динамичных силовых элементов; статических силовых элементов; элементов на гибкость		<b>5-9</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	
1.3	Воспитание специальной выносливости в спортивных видах аэробики		<b>10-14</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	Зачет по тесту
<b>Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики</b>				<b>20</b>	<b>54</b>	<b>62</b>	Отчет по судейской документации
2.2	Судейство соревнований по спортивной аэробике в качестве судьи-секретаря; судьи-информатора; судьи по музыке; судьи при участниках	<b>15-16</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	<b>14</b>		
2.3	Судейство соревно-ваний по фитнес-аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии	<b>17-18</b>	<b>4</b>	<b>17</b>	<b>12</b>		
2.4	Судейство соревнований по	<b>19-</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>12</b>		

	спортивной аэробике в качестве судьи-стажера, арбитра, арбитра на линии		20				
<b>Всего за семестр</b>				22	110	92	
2.5	Судейство соревнований по фитнес-аэробике (дисциплина хип-хоп-аэробика)	<b>VIII</b>	31-35	4	2	12	
2.6	Организация и судейство фестивалей и спортивных праздников		36	4	2	12	Отчет по сценарию и бланкам оценки
<b>Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка</b>				10	56	47	
3.1	Хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		36-37	4	17	6	Зачет по тестам хореографии
3.2	Развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике		37-39	6	39	23	Зачет по тестам СФП
<b>Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики</b>				20	53	30	
4.1	Композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	39-40	10	35	16	Постановка части программы, анализ	
4.2	Композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике	40-42	10	18	14	Постановка части программы, анализ	
<b>экзамен</b>						9	
<b>Итого часов</b>				60	219	279	

### *Тренерская практика*

Обучение соединениям, комбинациям. Проведение целого занятия по ОФП и СФП, дозирование нагрузки. Проведение занятия ритмической гимнастикой, хореографией с различным контингентом.

## **Организация и судейство соревнований в спортивных видах и фитнес-аэробике**

### **2.1 Судейская практика**

#### **Методические занятия**

Судейство техники дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие шагов и перемещений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-степ-аэробика»: хореография, соответствующая степ-аэробике, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство техники дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность движений, интенсивность исполнения, разнообразие движений, качество исполнения. Судейство артистичности дисциплины «Фитнес-аэробика»: сложность хореографии, музыкальное сопровождение, синхронность исполнения, презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

Судейство дисциплины «Хип-хоп-аэробика»: сложность хореографии/стили; музыкальное сопровождение/интерпретация; техническое исполнение/синхронность; представление/презентация. Разрешенные и запрещенные движения дисциплины.

#### **Практические занятия**

Практика судейства соревнований, фестивалей по фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.

### **3. Специальная физическая и хореографическая подготовка**

#### **3.1 Хореографическая подготовка**

##### **Методические занятия**

Методика проведения урока хореографии. Проведение урока хореографии с разным контингентом занимающихся в ДЮСШ. Составление конспекта занятия.

##### **Практические занятия и учебная практика**

Практическое проведение частей урока хореографии со студентами и учениками ДЮСШ. Анализ уроков.

#### **3.2 Ритмическая гимнастика**

##### **Методические занятия**

Методика проведения фестивалей и шоу-программ по ритмической гимнастике. Режиссура фестивалей и праздников. Требования к показательным выступлениям и шоу-программам по ритмической гимнастике.

### **Практические занятия и учебная практика**

Практическое составление показательных шоу-программ по ритмической гимнастике по предлагаемым техническим требованиям. Составление и учебная практика судейства показательных выступлений с детьми разного возраста.

#### **4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики**

##### **4.1 Фитнес-аэробика**

###### **Методико-практические занятия**

*Практический тренинг составления композиций фитнес-аэробики в трех номинациях.*

Составление композиций с учетом требований правил соревнований. Анализ и коррекция. Переложение композиции на 6-8 человек.

*Композиционные ошибки в фитнес-аэробике и их коррекция.*

Композиция программ фитнес-аэробики. Особенности композиционного построения программ. Характер музыкального произведения и композиция программы. Перемещение по площадке и композиция. Номинация фитнес-аэробики и композиция. Практический тренинг в составлении блоков программы на учебной группе.

*Методика составления программы по фитнес-аэробике.*

Этапы создания композиции. Опробование и коррекция программы. Методика подбора музыкального сопровождения.

##### **4.2 Спортивная аэробика**

###### **Методико-практические занятия**

*Особенности техники выполнения элементов, представленных в правилах соревнований.*

Методика разучивания элементов (лесенка обучения). Анализ элементов, запрещенных правилами соревнований.

*Особенности хореографии в спортивной аэробике.*

Требования к созданию композиций в спортивной аэробике. Особенности хореографии, презентации, партнерства, музыкальности, оригинальности. Взаимосвязь музыкального сопровождения и образа, отражаемого спортсменами в программе. Видеопросмотр соревнований с целью сравнения различных подходов по созданию композиций.

Основные особенности техники выполнения поддержек в парах и тройках.

Биомеханические характеристики действий нижнего и верхнего партнеров. Статические и динамические поддержки – их особенности и различия. Специфичность поддержек в партере. Различия хватов, используемых в поддержках.

Видеопросмотр и анализ ошибок композиции. Предложения по коррекции.

### ***Спортивная аэробика***

#### **Методико-практические занятия**

*Освоение навыков обучения (объяснения техники, последовательность заданий, помощь, страховка) акробатическим поддержкам.*

Практическое освоение навыков. Учебная практика в составе подгрупп.

Формирование навыков составления композиций по спортивной аэробике.

Использование технических приемов в создании композиций: строй, направление перемещений, методические приемы перемещений, техника перемещений. Стилизация движений под характер музыкального сопровождения. Сочетание движений, выполняемых в основной стойке, полете, партере.

Анализ выполнения спортивных композиций ведущих спортсменов. Координационная сложность движений. Интерпретация базовых упражнений в различных спортивных программах. Стилизация движений в соответствии с музыкальным сопровождением.

Анализ координационной сложности движений в спортивных программах финалистов чемпионата мира. Различия координационной сложности движений в зависимости от категории и пола спортсменов. Методика изменения координационной сложности движения.

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).**

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов I курса:**

1. Общая характеристика аэробики и фитнес-гимнастики как вида двигательной активности человека.
2. Исторические истоки аэробики как особого вида двигательной активности человека с музыкально-ритмической компонентой.
3. Новые тенденции развития спортивной аэробики и фитнес-аэробики как видов спорта.
4. Развитие спортивной аэробики и фитнес-аэробики в России
5. Основные правила обеспечения безопасности обучения в аэробике.
6. Принципы тренировки в аэробике.
7. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Характеристика тренировочных циклов в аэробике.
9. Микроцикл тренировки и его разновидности.
10. Понятие «тренировочной нагрузки» в аэробике.
11. Принятая в аэробике методика определения тренировочной нагрузки.
12. Проблема индивидуализации тренировочной нагрузки в аэробике.
13. Различия между «внешней» и «внутренней» нагрузками.
14. Основные положения методики отбора для занятий аэробикой.
15. Специальная техническая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
16. Основы методики специальной технической подготовки в аэробике.
17. Понятие «базовых» упражнений в аэробике.
18. Современный тренировочный зал и требования к его оборудованию.
19. Материально-техническое обеспечение соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
20. Особенности соревнований как вида деятельности спортсмена.
21. Классификация соревнований и их основные разновидности.
22. Организационные основы подготовки и проведения соревнований.
23. Документация соревнований разного назначения и масштаба.

24. Безопасность на соревнованиях по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
25. Медицинское обеспечение соревнований по аэробике.
26. Судейская коллегия на соревнованиях по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

#### **Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов I курса**

1. Проверить надежность оборудования при занятиях.
2. Зарегистрировать и вписать в дневник собственные тренировочные нагрузки за микроцикл тренировки.
3. Составить график изменения личных тренировочных нагрузок микроцикла тренировок.
4. Построить график личных тренировочных нагрузок в расчете на указанный срок соревнований.
5. Дать по результатам наблюдений характеристику группы детей из ДЮСШ по критериям, определяющим перспективность их спортивной подготовки.
6. Подобрать по заданию преподавателя цепочки обучающих упражнений для освоения названного целевого упражнения с использованием эффекта переноса двигательного навыка.
7. Составить перечень базовых упражнений, необходимых для полноценной технической подготовки на одном из 3 дисциплин фитнес-аэробики
8. Составить список упражнений технической «школы» для дисциплины и дать им профессиональную характеристику.
9. Написать положение о соревнованиях заданного типа.

#### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов II-го курса**

1. Фитнес-аэробика как новый вид в семействе гимнастических видов спорта. Характеристика вида, содержание программы и требования к её составлению.
2. Этапы подготовки в фитнес-аэробике.
3. Судейство программ по фитнес-аэробике. Общие вопросы судейства.
4. Критерии судейства техники, артистизма и специфики вида в фитнес-аэробике. Ранговая оценка и её специфика.
5. Спортивная аэробика как вид спорта. Характеристика биомеханического и физиологического аспектов занятий. Возрастно-половой состав участников соревнований.
6. Состав обязательных упражнений. Критерии судейства техники и артистизма. Этапы подготовки.
7. Структура соревновательного микроцикла в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Методика моделирования соревновательной подготовки.
9. Принципы распределения тренировочной нагрузки в соревновательном цикле подготовки.
10. План-график подготовки к соревнованиям.
11. Судейская коллегия корпус на соревнованиях разного типа.
12. Принципы профилактики травматизма в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
13. Правила оказания первой помощи при травмах.
14. Основные положения медицинского обеспечения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
15. Организационно-методическое обеспечение занятий в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

**Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов II-го курса**

1. Составить и выполнить комбинацию степ-аэробики 1 уровня
2. Составить и выполнить комбинацию степ-аэробики 2 уровня

3. Составить и выполнить комбинацию базовой аэробики 1 уровня
4. Составить и выполнить комбинацию базовой аэробики 2 уровня
5. Составить и выполнить комбинацию танцевальной аэробики «хип-хоп»
6. Составить программу занятий силовой аэробикой общего направления
7. Составить программу занятий силовой аэробикой на брюшной пресс
8. Составить программу занятий силовой аэробикой на верхнюю часть тела
9. Составить программу занятий силовой аэробикой на нижнюю часть тела
10. Основные правила подготовки мест занятий по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
11. Оценка текущего функционального состояния на занятиях.
12. Структура положения о соревнованиях.
13. Календарь соревнований как фактор планирования тренировочного процесса.
14. Содержание дневника тренера и методика его ведения.
15. Дневник спортсмена.

### **Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов III-го курса**

1. Понятие «двигательных представлений» и их состав.
2. Модальные компоненты двигательных представлений.
3. Понятие «модальных пар» двигательных представлений.
4. Дидактические принципы в высшем спорте.
5. Общая характеристика методов обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
6. Понятие «адаптивности» обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
7. Программная адаптация в спортивной аэробике и фитнес-аэробике и её виды.

8. Непрограммная адаптация в спортивной аэробике и фитнес-аэробике и её виды.
9. Понятия «двигательного умения» и «двигательного навыка».
10. Автоматизация двигательного действия в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
11. Этапность формирования двигательного навыка.
12. Разновидности двигательного навыка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
13. Технические средства обучения и тренажеры.
14. Понятие двигательной ошибки.
15. Структура двигательной ошибки.
16. Факторы двигательной ошибки.
17. Динамика двигательной ошибки в процессе обучения.
18. Основы психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
19. Принципы подготовки спортсменов высшей квалификации в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
20. Структура тренировочного процесса в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
21. Периодизация подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
22. Моделирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
23. Волнообразный характер распределения нагрузок в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
24. Работа тренера на соревнованиях.
25. Медицинское обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой.
26. Медицинские обследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
27. Методы функционального восстановления в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

**Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов III-го курса**

1. Элементы спортивной аэробики и фитнес-аэробике для школьников среднего и старшего возрастов.
2. Особенности упражнений аэробики и фитнес-гимнастики для представителей разных профессий.
3. Состав двигательных представлений спортсмена.
4. Основные методы формирования двигательных представлений спортсмена.
5. Характеристика дидактических принципов в спорте.
6. Система методов обучения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
7. Сравнительная характеристика целостных методов обучения и методов расчленения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
8. Приемы обучения упражнениям в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
9. Понятие «двигательной ошибки».
10. Педагогические методы психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
11. Основы методики подготовки спортсменов высокой квалификации.
12. Планирование соревновательной подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

**Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации студентов IV-го курса**

1. Помощь и страховка как фактор обучения.
3. Характеристика ТСО.
4. Этапность совершенствования двигательного навыка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
5. Задачи и методы совершенствования движения в спортивной аэробике и фитнес-аэробике

6. Вариативная тренировки, ее задачи и методы.
7. Правила обеспечения безопасности при обучении в спортивной аэробике и фитнес-аэробике
8. Основные причины травматизма в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
9. Фактор психологической подготовки в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
10. Личность спортсмена и ее характеристики. Личностные качества.
11. Психограмма спортивной аэробики и фитнес-аэробики.
12. Темперамент, его разновидности. Темперамент спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
13. Основные методы психодиагностики в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
14. Методы психической саморегуляции.
15. Теоретическая подготовка спортсмена и ее значение.
16. Принципы подготовки спортсменов высокой квалификации.
17. Концепция централизованной подготовки спортсменов.
18. Современный тренер по спортивной аэробике и фитнес-аэробике, его знания, умения, навыки.
19. Психологические типы тренера и его личность.
20. Питание спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике. Требования к рациону и режиму питания.
21. Регуляция веса тела в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
22. Водно-солевой режим спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
23. Методика отбора в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
24. Медико-биологическое обеспечение занятий аэробикой и фитнес-гимнастикой.
25. Биомеханическое обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробикой.
26. Организационное обеспечение занятий спортивной аэробикой и фитнес-аэробике.
27. Виды и этапность медико-биологических обследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

28. Общие проблемы и задачи научных исследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
29. Изучение литературы как метод исследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
30. Этапность выполнения квалификационной работы.
31. Рабочая гипотеза и задачи исследования.
32. Проблема адекватности задачи и методов исследования.
33. Методика работы над текстом и оформлением ВКР.

**Контрольные вопросы и практические задания для контроля самостоятельной работы студентов IV-го курса**

1. Основные приемы обучения в аэробике и фитнес-гимнастике.
2. Самооценка психоэмоционального состояния спортсменов в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
5. Приемы идеомоторного воспроизведения упражнений.
6. Приемы аутогенной тренировки спортсмена.
7. Психорегулирующая тренировка спортсмена в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
8. Ведение документов планирования тренировки.
9. Проведение централизованных сборов спортсменов высокой квалификации.
10. Тренеры-специалисты и их функции.
11. Питание в спорте и фитнесе.
12. Регуляция веса в спорте и фитнесе.
14. Основные направления научных исследований в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
15. Типичные задачи исследования в спортивной аэробике и фитнес-аэробике.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

Методы обучения включают в себя *методы преподавания* (средства, приёмы, способы получения, передачи, анализа и сохранения информации; управления и контроля учебной деятельностью студентов) и *методы учения* (средства, приёмы, способы усвоения учебного материала; репродуктивные и продуктивные приемы учения и самоконтроля в их взаимосвязи). С помощью методов обучения в соответствии с поставленной целью реализуются и преподавание и учение.

Преподаватель призван обучать студентов, а сами студенты в созданных преподавателем обучающих ситуациях, овладевают системой знаний, умений и навыков.

Освоение материала студентами в учебном процессе проходит на практических занятиях и в виде самостоятельной работы студентов.

На практических занятиях студенты осваивают методiku преподавания и применения полученных знаний в практической деятельности, осваивают и совершенствуют двигательные действия, приобретают умения и совершенствуют навыки при обучении в избранном виде спорта, совершенствуют профессионально-педагогические навыки и умения, необходимые для профессиональной деятельности. Эти умения и навыки в дальнейшем совершенствуются в процессе тренерской практики по специальности.

Единицей учебного процесса является учебная тема, так как она сохраняет все его структурные особенности. Структура каждого занятия определяется целью и местом этого занятия в системе учебной темы. Материал любой темы должен быть разделен на основной, имеющий значение для последующего обучения, и дополнительный материал.

Учебная деятельность состоит из трёх этапов:

1) вводно-мотивационный этап (уяснить тему, понять значение темы, определить основные задачи);

2) операционно-познавательный этап (изучить и освоить содержание темы, овладеть знаниями, умениями, навыками);

3) рефлексивно-оценочный этап (обобщить изученный материал темы).

При изучении любой темы должны иметь место все три указанных этапа.

Формирование содержания и объёма учебной программы подготовки бакалавра по спортивным видам гимнастики основано на необходимости отразить основные черты изучаемой проблемы (в частности - проблемы подготовки студента), а также решить задачи достижения во времени конечной цели, оценить степень соответствия содержания образования с требованиями реальной действительности (современной спортивной практики).

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки бакалавра реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся.

**«Выездные» тренировки** – это интенсивные формы коллективного обучения в режиме «погружения» в профессиональную среду. Студенты получают возможность упорядочить знания, развить практические навыки групповой работы, обменяться опытом и установить деловые связи.

**Деловая игра** – метод имитации (подражания, изображения) принятия решений и выполнения действий тренерами, судьями и руководителями спортивных структур в различных искусственно созданных ситуациях при проведении тренировочных занятий, соревнований.

**Дискуссия** – форма учебной работы, в рамках которой студенты высказывают свое мнение по проблеме, заданной преподавателем. Проведение дискуссий по проблемным вопросам подразумевает написание студентами рефератов по предложенным тематикам.

**Круглый стол** – один из наиболее эффективных способов для обсуждения острых, сложных и актуальных на текущий момент вопросов в любой профессиональной сфере, обмена опытом и творческих инициатив. Такая форма позволяет лучше усвоить материал, найти необходимые решения в процессе эффективного диалога.

**Метод «кейс-стади»** – обучение, при котором студенты и преподаватели участвуют в непосредственном обсуждении тактических ситуаций или задач, решаемых с использованием различных разновидностей действий. При данном методе обучения студент самостоятельно вынужден принимать решение применить определенные действия и обосновать их эффективность в соревновательной деятельности гимнастов.

**Тренинг** – форма интерактивного обучения, целью которого является развитие компетентности межличностного и профессионального поведения в общении.

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Непрерывный текущий контроль способствует комплексному решению целого ряда актуальных задач обучения:

- интенсивное выявление индивидуальных особенностей;
- оперативное определение материала, требующего доработки;
- стимулирование посещаемости (через требование отчитаться за каждый пропущенный контроль);
- повышение качества образовательных услуг в свете современных требований.

Виды контроля:

1. **ВХОДНОЙ** – позволяет определить степень готовности к изучению дисциплины на основе остаточных знаний (для взаимной увязки смежных дисциплин).

2. **РУБЕЖНЫЙ(ПЕРИОДИЧЕСКИЙ)** – призван выявить результаты на промежуточных этапах обучения (настраивая обучаемых на дальнейшее закрепление слабо освоенного).

3. КУРСОВОЙ (ИТОГОВЫЙ) – служит для оценки уровня усвоения дисциплины по завершении её прохождения.

4. КОНТРОЛЬ ОСТАТОЧНЫХ ЗНАНИЙ – по блоку дисциплин – обеспечивает определение прочности усвоенного (через 6-12 мес.); на основании его результатов корректируются программы и методика преподавания.

5. ТЕКУЩИЙ – проводится на плановых занятиях и в ходе проверки самостоятельных работ. Главная цель текущего контроля – оперативная оценка работы преподавателя и обучаемых, а также их индивидуальных особенностей. Функции текущего контроля: содействует более оперативному выявлению отстающих для надлежащего реагирования; оптимизирует индивидуальные занятия; рационализирует работу с программным материалом.

Требования к текущему контролю:

1. Итоговые оценки определяются по результатам непрерывного текущего контроля.

2. На каждом занятии необходимо отводить время для проверки знаний и навыков студентов по пройденному материалу и усвоения изучаемой темы.

3. Текущим контролем должно быть охвачено как можно больше обучаемых с обязательной оценкой их знаний, навыков, приёмов и действий.

Базовые формы текущего контроля - проверка заданий на самостоятельную работу (конспектов, отчётных документов и др.)

Опросы. Классификация опросов: 1) по охвату обучаемых: сплошной (фронтальный), выборочный, индивидуальный; 2) по методу проверки: устный, письменный, “машинный”; 3) по методу получения ответов: альтернативный, конструируемый. 4) по объёму проверяемого материала: краткий, развёрнутый.

Примеры использования опросов: собеседование – индивидуальный устный опрос; “летучка” – краткий фронтальный письменный опрос; семинар – выборочный развёрнутый устный опрос; контрольная работа – фронтальный конструируемый письменный опрос.

Условия активизации текущего контроля: - содействие руководства и опытных преподавателей в подготовке материалов для текущего контроля; -

стимулирование личной заинтересованности в проведении текущего контроля; - рационализация усилий по организации активного текущего контроля. Последнее из условий предполагает на начальном этапе наиболее трудоёмкую и кропотливую деятельность педагога.

Изучение обучаемых является не перегрузкой, а минимально необходимым условием эффективности любого обучения.

Оптимизация текущего контроля на лекциях и групповых занятиях: выделить в тексте краткие фрагменты, даваемые под запись; дополнять каждый фрагмент вопросом-заглавием; пронумеровать полученные блоки "вопрос-ответ"; выделить наиболее важные блоки, задаваемые к очередной "летучке".

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной деятельности студентов как условие формирования способностей студентов к самообучению и самореализации и как показатель качества деятельности преподавателей в подготовке будущих специалистов. Функциями учебно-методического обеспечения явились создание единства и системности теоретической, методической и практической подготовки студентов, личностной и профессиональной самоорганизации, самообучения и самореализации, среды личностного выбора и индивидуальной траектории профессионального становления, условий для повышения качества усвоения содержания педагогических дисциплин, индивидуализация процесса профессиональной самостоятельной деятельности.

Способы самообучения и самореализации рассматриваются как показатели качества разработанного и апробированного учебно-методического обеспечения. Самообучение рассматривается как профессиональная характеристика, а самореализация - как личностная. Способность к самообучению формируется значительно быстрее по сравнению с самореализацией. Процесс самореализации более сложный, так как в нём проявляются личностные характеристики, в некоторой степени, задерживающие этот процесс - неуверенность, отсутствие гибкости мыслительных процессов, низкий уровень воображения и др. Несмотря на разницу протекания этих процессов, подтверждено, что спроектированное на

научных принципах учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов обуславливает качество данной работы и качество профессиональной подготовки и личностного развития.

Внеучебные виды деятельности носят творческий характер и ориентированы на индивидуальное развитие. Студенты должны быстро реагировать на сложившиеся педагогические ситуации и находить верные способы их разрешения.

Показателями качества реализуемого учебно-методического обеспечения самостоятельной работы студентов являются сформированные способы решения педагогических задач, творческие работы по проектированию, перенос теоретического знания в практическую деятельность, способность систематизировать материал, вести диалог в коллективе, осуществлять самооценку выполненной работы относительно требований стандарта, идей развивающего образования и ценностных ориентации как целевых установок процесса обучения и воспитания.

Становление опыта самостоятельной работы студентов обеспечивается сформированными способами самоорганизации, самопознания содержания педагогических дисциплин. Самостоятельная деятельность выявляет мотивы, познавательные профессиональные и личностные интересы, обуславливает возникновение поисковой творческой деятельности студентов, учит рефлексии, самоконтролю и самооценке.

## **12. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **12.1 Шкала итоговых оценок успеваемости в зависимости от набранных баллов по дисциплинам, завершающимся зачетом**

Набранные баллы	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
зачет/незачет	незачет	зачет			
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично

С целью стимулирования учебной деятельности, творческой активности и самостоятельной работы студентов на протяжении всего периода изучения дисциплины, обеспечения систематической аттестации всех видов учебной работы используется балльная система контроля качества обучения.

### **12.2 Текущий контроль успеваемости**

Текущий контроль представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки успеваемости студента (раздел 4 по каждому году обучения).

Применяемые формы текущего контроля:

- индивидуальный или групповой устный опрос;
- проверка выполнения практических заданий;
- проведение контрольных занятий/тренировок;
- проведение контрольных испытаний;
- расчетно-графические работы;
- компьютерное или письменное тестирование;
- контроль самостоятельной работы студентов в форме отчета о судейской практике на соревнованиях;

*Промежуточная аттестация* осуществляется в конце семестра и может завершать изучение как отдельной части дисциплины, так и ее разделов.

Подобный контроль помогает оценить более крупные совокупности знаний и умений, в некоторых случаях – даже формирование определенных профессиональных компетенций. Промежуточная аттестация проводится по результатам текущего контроля. Формой промежуточной аттестации является зачет.

Для определения уровня сформированности компетенций студента, прошедшего соответствующую подготовку, в настоящее время предлагаются новые методы. Наиболее распространенные из них - стандартизированные тесты с дополнительным творческим заданием, рейтинговая оценка и портфолио.

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы обучающегося по отдельным разделам дисциплины, указаны в четвертом разделе программы («Структура и содержание дисциплины») для каждого года обучения.

### **13. ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ**

#### **Зачетные требования для 1-го курса**

1. Владеть основами теории технической подготовки в аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований.

#### **Зачетные требования для 2-го курса**

1. Владеть основами теории технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми.

← **Формат:** Список

**Зачетные требования для 3-го курса**

1. Владеть основами теории и методики технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям, а также навыками составления композиций в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ). Выполнить нормативы и оформить спортивный разряд по виду спорта (выше разряда при поступлении в вуз).
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и/или судействе соревнований. Выполнить нормативные требования судьи 3 категории.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми и спортсменами старших разрядов.

**Зачетные требования для 4-го курса**

1. Владеть углубленными знаниями теории и методики технической подготовки в фитнес-аэробике, спортивной аэробике.
2. Владеть основами обучения базовым элементам и их модификациям, а также навыками составления композиций в фитнес-аэробике, спортивной аэробике, ритмической гимнастике.
3. Принять участие в соревнованиях по фитнес-аэробике (в составе сборной РГУФКСиТ). Выполнить нормативы и оформить спортивный разряд по виду спорта (выше разряда при поступлении в вуз). Оформить спортивный разряд. Подтвердить.
4. Сдать контрольные нормативы по ОФП и СФП.
5. Принять участие в организации и судействе соревнований. Выполнить нормативные требования судьи 3 категории. Оформить судейскую категорию.
6. Владеть основами проведения урока хореографии с детьми и спортсменами старших разрядов.

## **14. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Формат: Список

### **14.1 Рекомендуемая литература**

#### **Основная**

1. Аэробика: теория и методика проведения занятий/Учебное пособие для вузов физической культуры. - СпортАкадемПресс. - М.: 2006.
2. Горбунов В.А. Контроль за тренировочной и соревновательной нагрузкой на специализированном этапе многолетней подготовки спортивного резерва в аэробике.- Иркутск: Изд-во РепроцентрА1, 2008. - 84 с.
3. Зайцева Г.А., Медведева О.А. Оздоровительная аэробика в высших учебных заведениях - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 104 с.
4. Теория и методика аэробики и фитнес-гимнастики/Программа дисциплины под общей редакцией Ростовцевой М.Ю., М.: «Физкультура и спорт», 2008, 79 с.
5. Аэробика: журнал для профессиональных инструкторов: выпуски 1999, 2000, 2001, 2002, 2003, 2004-2007 г.г.

#### **Дополнительная**

1. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия. – М.: 1987.
2. Купер К. Новая аэробика: система оздоровительных физических упражнений для всех возрастов. М.: 1976.
3. Матвеев Л.П.. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1991.
4. Ивлев М.П., Григоренко А.В., Мякинченко Е.Б., Шестаков М.П. Международная система подготовки специалистов по аэробике // Теория и практика физической культуры.- 1995.- № 12.- С.54

### **14.2 Программное обеспечение и интернет-ресурсы**

- Обучающие программы:  
Видео-материалы соревнований по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.  
Обучающие видео-программы по спортивной аэробике и фитнес-аэробике.
- DVD с записями.
- Мультимедийный курс лекций.
- Справочно-информационные сайты:  
[www.fitness-aerobics.ru](http://www.fitness-aerobics.ru); [fisaf.org](http://fisaf.org); [FIG](http://FIG).

**15. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Формат: Список

**Инвентарь:**

Комплект стандартного гимнастического и фитнес-оборудования, включающий:

- степ-платформы фирмы «Reebok» - 15;
- хореографический станок двухрядный;
- зеркальная стенка для хореографии и фитнеса;
- силовое оборудование для гимнастического фитнеса (гантели, миништанги, фитбол-мячи, бодибары, стойки для гантелей и бодибаров, изотонические кольца и пр.)
- музыкальная аппаратура;
- помост и ковер для акробатических упражнений;
- батуты стандартной конфигурации;
- двойной мини-трамплин;
- одинарный мини-трамплин;
- акробатические дорожки с зонами приземления;
- поролоновые маты;
- гимнастические скамейки;
- гимнастические стенки;
- лонжа (страховочный пояс) ручная;
- лонжа страховочная подвесная.

**Научная аппаратура:**

- аппаратный комплекс для педагогической диагностики физического стояния и контроля подготовленности акробатов, а также использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ.

**Оргтехника (год выпуска):**

- DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
- Видеопроектор ELMOHV 110XG – 2006 г.
- Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
- Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
- Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
- Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
- Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
- Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.

- Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
- Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
- Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
- Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
- Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
- Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
  - Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
  - Плеер DVD BBK – 2007 г.
  - Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
  - Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
  - Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
  - Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
  - Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
  - Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
  - Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
  - Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен*.

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве: - судьи в судейской бригаде - судьи-информатора - судьи на линии	10 10 10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке: - выполнение упражнений у хореографического станка - выполнение упражнений на середине	10 10
5	Сдача нормативов специальной физической подготовки	

	(СФП)	10
6	Экзамен	20
7	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое	2		3	4	5	
	Неудовлетворительно	Удовлетворительно		Хорошо	Отлично	

выражение оценки						
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве: - судьи в судейской бригаде	10 10

	- судьи-информатора - судьи на линии	10
4	<b>Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке:</b> - выполнение упражнений у хореографического станка - выполнение упражнений на середине	10 10
5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Экзамен	20
8	<b>Всего:</b>	<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## **V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

### **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

#### **I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Теории и методики гимнастики

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

#### **II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве:	
	- судьи в судейской бригаде	10
	- судьи-информатора	10
	- судьи на линии	10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке:	
	- выполнение упражнений у хореографического станка	5
	- выполнение упражнений на середине	5
5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Постановка композиции по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
8	Постановка композиции по фитнес-аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
7	Экзамен	20
8	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика) для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка в избранном виде спорта очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Участие в организации соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике	10
3	Участие в судействе соревнований по фитнес-аэробике и/или спортивной аэробике в качестве:	
	- судьи в судейской бригаде	10
	- судьи-информатора	10
	- судьи на линии	10
4	Контроль освоения практических навыков в хореографической подготовке:	
	- выполнение упражнений у хореографического станка	5
	- выполнение упражнений на середине	5

5	Участие в организации и судействе фестивалей и спортивных праздников	5
6	Сдача нормативов специальной физической подготовки (СФП)	5
7	Постановка композиции по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
8	Постановка композиции по фитнес-аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды	5
7	Экзамен	20
8	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка доклада по теме пропущенного занятия	5
2	Написание реферата по теме пропущенного занятия	5
3	Презентация по теме пропущенного занятия	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 61 балл, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

#### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма  
(ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гимнастики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01-Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8

**2. Цель освоения дисциплины (модуля):** освоить учебно-практический материал, необходимый для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" для работы в детско-юношеских спортивных школах (ДЮСШ), училищах олимпийского резерва (УОР), и средних специальных учебных заведениях, владеющих теоретическими знаниями научных достижений в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации..

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

– В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

– **ОПК-2:** способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов

– **ОПК-3:** Способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки

– **ОПК-5** - способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений

– **ОПК-8:** способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по избранному виду спорта

– **ПК-10** - способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся

– **ПК-11** - способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта

– **ПК-14** - способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности

– **ПК-15** - способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (аэробика и фитнес-гимнастика)»	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма аттестации (по семестрам)	
		52	182	9		
<b>Всего за I курс: 234 часа (6,5 зачетные единицы)</b>		<b>52</b>	<b>182</b>	<b>9</b>	<b>-/экзамен</b>	
<b>Всего за II курс: 126 часов (3,5 зачетные единицы)</b>		<b>60</b>	<b>66</b>	<b>9</b>	<b>-/экзамен</b>	
<b>Всего за III курс: 126 часов (3,5 зачетных единиц)</b>		<b>60</b>	<b>66</b>	<b>9</b>	<b>-/экзамен</b>	
<b>Всего за IV курс: 225 часов (6,5 зачетных единиц)</b>			<b>116</b>	<b>145</b>	<b>9</b>	<b>-/экзамен</b>
<b>Всего за курс: часа 720</b>			<b>232</b>	<b>479</b>	<b>36</b>	

#### Краткое содержание дисциплины

##### 1 курс

**52 уч. час.** ауд. занятий;

**182 уч. часа** самостоятельной работы студентов.

**Общий объем работы** – 234 уч. часа (6,5 з.е.)

**Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики** (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

**Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики** (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады)

**Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка** (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

## **2 курс**

**60 уч. час.** ауд. занятий;

**66 уч. часа** самостоятельной работы студентов.

**Общий объем работы – 126 уч. часа (3,5 з.е.)**

**Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики** (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

**Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики** (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады)

**Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка** (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

## **3 курс**

**60 уч. час.** ауд. занятий;

**66 уч. часа** самостоятельной работы студентов.

**Общий объем работы –126 уч. часа (3,5 з.е.)**

**Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики** (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость)

**Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики** (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады, судейская учебная практика)

**Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка** (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике)

**Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики** (композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды; композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике)

**4 курс**

**116 уч. час.** ауд. занятий;

**145 уч. часа** самостоятельной работы студентов.

**Общий объем работы –225 уч. часа (6,5 з.е.)**

**Раздел 1. Техника выполнения упражнений в спортивных видах аэробики** (фитнес-аэробика, аэробика, степ-аэробика, хип-хоп-аэробика, спортивная аэробика, базовые элементы, упражнения на силу и гибкость, обучение модификациям базовых шагов и прыжков, соединениям, комбинациям, дозирование нагрузки)

**Раздел 2. Организация и судейство соревнований в спортивных видах аэробики** (правила и судейство соревнований; общие положения; требования, предъявляемые правилами соревнований к исполнению, композиции, судейские бригады, судейская учебная практика)

**Раздел 3. Специальная физическая и хореографическая подготовка** (хореографическая подготовка в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, развитие специальных физических качеств в спортивной аэробике и фитнес-аэробике, проведение занятия по ОФП и СФП)

**Раздел 4. Композиционные особенности и постановка программ в спортивных видах аэробики** (композиционные особенности программ по спортивной аэробике: индивидуальная программа, парные программы, тройки, команды; композиционные особенности программ по аэробике, степ-аэробике, хип-хоп-аэробике)

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гимнастики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная  
акробатика)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*

Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания\_  
Протокол № 8 от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
Протокол № 16 от «13» апреля 2016 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
Теории и методики гимнастики  
Протокол № 23 от «26» апреля 2017 г

Составители:

Попов Юрий Алексеевич, к.п.н., профессор кафедры ТиМ гимнастики

Козлов Валерий Владимирович, к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики

Рецензент:

Цыганков Э. С. – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики прикладных видов спорта и экстремальной деятельности ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ.

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»** – обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по спортивной акробатике и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

**2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата**

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области спортивной гимнастики.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль и др.. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется ГИА.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)**

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Ускоренная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
	Наименование			

<b>ОПК-2</b>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по спортивной акробатике;</li> <li>– методику применения средств в общефизической подготовке акробатов.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять средств и методов в подготовительной части тренировочных занятий по спортивной акробатике;</li> <li>– применять средства в общефизической подготовке акробатов.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– навыками использования упражнений в подготовительной части тренировочного занятия по спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры;</li> <li>– навыками использования средств в общефизической подготовке акробатов.</li> </ul>	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы применения средств и методов в основной и заключительной частей тренировочных занятий по спортивной акробатике.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять средства и методы в основной и заключительной частей занятия по спортивной гимнастике.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками использования упражнений в основной и заключительной частей тренировочного занятия по спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.</p>	3-4	3-4	5-6
<b>ОПК-3</b>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на начальном и тренировочном этапах подготовки.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся на начальном и тренировочном этапах подготовки.</p>	5-6	5-6	7-8
	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– разрабатывать и реализовывать тренировочные программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на этапе совершенствования спортивного мастерства.</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <p>навыками планирования и проведения тренировочных занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей</p>	7-8	7	9-10

	занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.			
<b>ОПК-5</b>	<i>Знать:</i> – основы техники выполнения соревновательных упражнений в спортивной акробатике <i>Уметь:</i> – анализировать технику выполнения упражнений на различных видах акробатического многоборья	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<i>Уметь:</i> – анализировать композицию упражнений на различных видах акробатического многоборья.	3-4	3-4	5-6
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня работоспособности акробатов различного возраста.	5-6	5-6	7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками определения уровня специализированных качеств у акробатов различного возраста	7-8	7	9-10
<b>ОПК-8</b>	<i>Уметь:</i> – выполнять функции младших судей по спортивной акробатике.	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<i>Уметь:</i> – выполнять функции старших судей и секретарей при проведении соревнований по спортивной акробатике	3-4	3-4	5-6
	<i>Владеть:</i> – навыками организации и проведения соревнований по спортивной акробатике	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-10</b>	<i>Владеть:</i> современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-11</b>	<i>Уметь:</i> – разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в спортивной акробатике	5-6	5-6	7-8
	<i>Владеть:</i> – навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике	7-8	7	9-10
<b>ПК-14</b>	<i>Уметь:</i> – владеть техникой исполнения упражнений спортивной акробатики	1-2	1-2	2, 3 и 4
	<i>Владеть:</i> – умением составлять композиции соревновательных упражнений по спортивной акробатике	3-4	3-4	5-6

	Владеть: – умением осуществлять совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой	5-6	5-6	7-8
<b>ПК-15</b>	Уметь: – осуществлять самоконтроль на занятиях по спортивной акробатике.	3-4	3-4	7-8
	Владеть: умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности – оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.	7-8	7	9-10

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»

##### 4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 240 часов, самостоятельная работа студентов – 444 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>		<b>12</b>	<b>85</b>		
1.1	Подготовка мест занятий по спортивной акробатике и изучение инструкций по технике безопасности		4	6		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по спортивной акробатике			8		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		8	71		

<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		12	20		
<b>3.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки акробатов</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
3.1	Занятия по анализу техники упражнений в видах акробатики		12	20		
<b>4.</b>	<b>Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
4.1	Организация и проведение соревнований		12	20		
<b>5.</b>	<b>Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике</b>		<b>12</b>	<b>20</b>		
5.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	20		
<b>II курс</b>	<b>Всего:126 часов (4 зачетные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по спортивной акробатике		4	8		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		10			
1.3	Самоконтроль в процессе занятий спортивной акробатикой		6	4		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов</b>		<b>10</b>	<b>8</b>		

2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		10	8		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки акробатов</b>		<b>20</b>	<b>12</b>		
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		4	4		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		16	8		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>4</b>	<b>8</b>		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке акробатов		4	8		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>6</b>	<b>17</b>		
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на видах многоборья		6	17		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 81 час (2 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по спортивной акробатике</b>		<b>24</b>	<b>3</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной акробатике		2	1		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной акробатике		2	1		
1.3	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой		20	1		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>			<b>3</b>		

2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной акробатике			3		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>3</b>		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности акробатов		10	1		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной акробатике		10	1		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>16</b>	<b>3</b>		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов акробатического многоборья		16	3		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 279 часов (8 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>		<b>20</b>	<b>70</b>		
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		8	30		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		8	20		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		4	20		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>		<b>2</b>	<b>40</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		2	40		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>		<b>20</b>	<b>40</b>		
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов		20	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>18</b>	<b>60</b>		

4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике		4	20		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по спортивной акробатике		4	20		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		10	20		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

#### 4.2. Ускоренная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 36 часов, аудиторных занятий – 80 часов, самостоятельная работа студентов – 604 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике		4	31		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов		4	30		
3.	Освоение методики технической подготовки акробатов		4	30		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике		4	30		

<b>II курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по спортивной акробатике		4	31		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		4	30		
3.	Освоение методик психологической подготовки акробатов		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
5.	Организация и проведение соревнований		4	30		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной акробатике		5	40		
2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной акробатике		5	41		
3.	Хронометраж занятий по спортивной акробатике		5	40		
4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов акробатического многоборья		5	30		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		5	41		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов		5	40		

3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике		5	30		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		5	40		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

### 4.3. Заочная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 720 часов, 20 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 575 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>					
1.1	Подготовка мест занятий по спортивной акробатике и изучение инструкций по технике безопасности		8	32		
1.2	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятия по спортивной акробатике		6	48		
1.3	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной подготовки		6	53		

<b>II курс</b>	<b>Всего: 198 часов (6 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов</b>					
1.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности		5	40		
<b>2.</b>	<b>Освоение методики технической подготовки акробатов</b>					
2.1	Занятия по анализу техники упражнений на видах многоборья		5	49		
<b>3.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		5	40		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике		5	40		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 90 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятия по спортивной акробатике		2	11		
1.2	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		2	5		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий спортивной акробатикой		4	5		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов</b>					

2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке		4	10		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик психологической подготовки акробатов</b>					
3.1	Методика непосредственной подготовки к выполнению соревновательных действий		2	10		
3.2	Методики оценки соревновательной надежности		2	10		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке акробатов		2	5		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на видах акробатики		2	5		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение занятий по спортивной акробатике</b>					
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной акробатике		4	20		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной акробатике		2	20		
1.3	Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по спортивной акробатике		2	20		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой		2	20		

<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной акробатике		4	20		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня работоспособности акробатов		2	10		
3.2	Хронометраж занятий по спортивной акробатике		2	10		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов акробатического многоборья		2	13		
<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>9-10</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1</b>	<b>Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике</b>					
1.1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		2	10		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		2	10		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		2	10		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий</b>					
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		2	10		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки</b>					
3.1	Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов		4	10		

<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>					
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике		4	10		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по спортивной акробатике		4	9		
4.3	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		4	10		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

## **5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»**

**5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля))**

**5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения и 4 семестре заочной формы обучения:**

**Вопросы для устного ответа:**

1. Основы методики проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике.
2. Основы применения средств и методов в общефизической подготовке гимнастов.
3. Основы техники упражнений на дорожке.
4. Основы техники упражнений на минитрампе.
5. Основы техники упражнений на двойном минитрампе.
6. Основы техники упражнений в парных видах.
7. Основы техники упражнений в групповых видах.
8. Основы техники акробатических упражнений.
9. Основы техники выполнения опорных прыжков.
10. Основы техники упражнений на батуте.
11. Судейство соревнований в качестве младших судей на одном из видов акробатического многоборья.
12. Основы проведения современной хореографии .
13. Основы проведения хореографии (классический экзерсис).
14. Основы проведения партерной хореографии.
15. Использование танцевальных шагов при составлении композиций вольных упражнений.

### **5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной и ускоренной форм обучения и 6 семестре заочной формы обучения:**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Основы методики проведения основной части тренировочного занятия по спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.
2. Основы методики проведения заключительной части тренировочного занятия по спортивной акробатике.
3. Базовые упражнения на дорожке.
4. Базовые упражнения на минитрампе.
5. Базовые упражнения на двойном минитрампе.
6. Базовые упражнения в парных видах.
7. Базовые упражнения в групповых видах.
8. Базовые упражнения на батуте.
9. «Гладкие» опорные прыжки.
10. Опорные прыжки типа «Цукахару».
11. Базовые акробатические упражнения.
12. Базовые комбинации на батуте.
13. Особенности выполнения функций судей по трудности на одном из видов многоборья.
14. Осуществление самоконтроля на занятиях по спортивной акробатике
15. Осуществление самоконтроля между занятиями по спортивной акробатике.

### **5.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов во VI семестре очной и ускоренной форм обучения и 8 семестре заочной формы обучения:**

#### **Вопросы для устного ответа:**

1. Разработка программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на этапе начальной подготовки.
2. Разработка программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на этапе начальной специализированной подготовки.
3. Особенности реализации программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на этапе начальной подготовки.
4. Особенности реализации программы спортивной подготовки в спортивной акробатике на этапе начальной специализированной подготовки.
5. Навыки планирования тренировочных занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.
6. Навыки планирования занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной специализированной подготовки.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по общефизической подготовке с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной специализированной подготовки.
9. Определение уровня работоспособности акробатов.
10. Выполнение функции арбитра по трудности при проведении соревнований по спортивной акробатике.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по спортивной акробатике.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике.

13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике.

14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в спортивной акробатике.

15. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в спортивной акробатике.

#### **5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения, 7 семестре ускоренной формы обучения:**

1. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе начальной подготовки.
2. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе начальной специализированной подготовки.
3. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе углубленной специализированной подготовки.
4. Разработка тренировочной программы подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
5. Планирование тренировочных занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
6. Определение уровня специализированных качеств у акробатов (кроме заочной формы).
7. Организация и проведение соревнований по спортивной акробатике.
8. Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей) (кроме заочной формы).
9. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
10. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
11. Разработка переходного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства (кроме заочной формы).
12. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в спортивной акробатике.
13. Оценка процесса индивидуальной спортивной деятельности в спортивной акробатике
14. Обеспечение помощи и страховки при выполнении гимнастических элементов на снарядах.
15. Диагностика свойств личности спортсмена для практикующего тренера (кроме заочной формы).

#### **5.2.5. Содержание экзаменационных требований для студентов в 9 семестре заочной формы обучения:**

1. Разработка тренировочной программы подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
2. Планирование тренировочных занятий в спортивной акробатике с учетом особенностей занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.
3. Определение уровня специализированных качеств у акробатов.

4. Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей).
5. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
6. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
7. Разработка переходного периода годового плана подготовки акробатов на этапе совершенствования спортивного мастерства.
8. Сохранение и поддержание уровня спортивной подготовленности в спортивной акробатике.
9. Обеспечение помощи и страховки при выполнении гимнастических элементов на снарядах.
10. Диагностика свойств личности спортсмена для практикующего тренера.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»**

1. Спортивная гимнастика. Учебник для институтов физической культуры//Под ред. Ю.К.Гавердовского, В.М.Смолевского – М., ФиС, 1979.
  2. Ю.К.Гавердовский. Техника гимнастических упражнений. Пособие. – М., Terra-спорт, 2002.
  3. Л.Я.Аркаев, Н.Г.Сучилин. Как готовить чемпионов. Монография. М. ФиС, 2002.
  4. В.М.Смолевский, Ю.К.Гавердовский. Спортивная гимнастика. Монография. – Киев, Олимпийская литература, 1999.
  5. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. // Под. ред. К.Гавердовского. – М., ФиС, 1987.
  6. Гимнастическое многоборье. Женские виды. // Под. ред. Ю.К.Гавердовского. – М., ФиС, 1986.
  7. Н.Г.Сучилин. Гимнаст в воздухе. Монография. – М., ФиС, 1979.
  8. Ю.К.Гавердовский. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика. – М., ФиС, 2007.
- б) Дополнительная литература:
1. Л.П.Матвеев. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физической культуры. – М., ФиС, 1991.
  2. Д.Д.Донской, В.М.Зациорский. Биомеханика. Учебник для институтов физической культуры. - М., ФиС, 1979.
  3. Спортивная акробатика. Учебник для институтов физической культуры // Под. ред. В.П.Коркина. – М., ФиС, 1981.
  4. В.М.Волков, В.П.Филин. Спортивный отбор. М., ФиС, 1983.
  5. Е.Ю.Розин. Методика отбора и прогнозирования к занятиям спортивной гимнастикой. Уч. пособие. – М., ГЦОЛИФК, 1979.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <http://pentathlon.org/rules>
2. <http://fencingmultimedia.com>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro  -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

– *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

1. Мультимедийный класс включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и (или) групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. *Инвентарь:*

Комплект стандартных гимнастических снарядов:

- гимнастический ковер – 3 шт.;
- перекладина изменяющейся высоты – 3 шт.;
- брусья параллельные – 3 шт.;
- брусья разновысокие – 4 шт.;
- гимнастическое бревно (высокое) – 2 шт.;
- гимнастическое бревно напольное – 3 шт.;
- гимнастический козел – 4 шт.;
- гимнастический стол – 2 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 15 м – 1 шт.;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 25 м – 2 шт.;
- гимнастические снаряды массового типа:
- гимнастические стенки (не менее 10 пролетов) – 3 шт.;
- гимнастические скамейки 4 м - 20 шт.;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт.;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи малые, средние, набивные;
- видео-класс с комплектом проекционной аппаратуры.

*Научная аппаратура:*

Комплект аппаратуры для проведения индивидуальных измерений уровня физического состояния и подготовленности испытуемых: секундомеры, измерительная лента, становой и ручной динамометры, лента Абалакова, калипетр, гониометр, напольные весы. Для проведения более точных исследований предполагается использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ.

*Оргтехника (год выпуска):*

1. DVD-комбо Toshiba SD-26VSR – 2006 г.
2. Видеопрезентер ELMOHV 110XG – 2006 г.

3. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.
4. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.
5. Документ камера Toshiba TLP – 2003 г.
6. Компьютер офисный СП 1 – 2007 г.
7. Многофункциональное устройство Canon MF 5750 – 2007 г.
8. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1556 – 2006 г.
9. Ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI 1536, 15.4" – 2007 г.
10. Ноутбук RB Voyager FT 6, Pentium III – 2002 г.
11. Принтер HP LaserJet 1320 – 2005 г.
12. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
13. Принтер Canon LPB-810 – 2001 г.
14. Принтер портативный HP DeskJet 350 – 2002 г.
15. Принтер HP DJ890 C – 1999 г.
16. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
17. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
18. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
19. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
20. Плеер DVD BVK – 2007 г.
21. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
22. Сканер EPSON Perfection V10 Photo – 2007 г.
23. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
24. Стационарный компьютер (монитор 17" Acer AL1716 Cs и системный блок) – 2007 г. – 9 шт.
25. Стационарный компьютер (монитор 19" Acer AL1916 Cs и системный блок) – 2007 г.
26. Сканер Epson Perfection V 100 Photo – 2007 г.
27. Копировальный аппарат Canon iR -1018 – 2007 г.
28. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2007 г.

**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, очной формы обучения*

**I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

**II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ**

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Подготовка мест занятий по спортивной акробатике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной акробатике 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике	1-2 недели  3-4 недели  5-8 недели  9-13 недели  14-15 и 20-25 недели 26-30 недели 31-35 недели	5  5  10  5  10  5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	42 неделя	20
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	43-44 недели	30
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдав экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, очной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной акробатике. 2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной акробатике. 3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки 4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной акробатикой. 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке. 6. Проведение занятия по хореографии. 7. Проведение хореографии на ковре. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов акробатики.	1-8 недели 9-10 недели 11-15 недели 16-17 недели 18-21 недели 22-33 недели 34-35 недели 36-39 недели	5 5 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	39 неделя	20
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	45 неделя	30
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5

2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, очной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной акробатике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной акробатике 3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой 4. Навыки определения уровня работоспособности акробатов. 5. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной акробатике 6. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов акробатики.	3-12 недели  13-15 недели  Весь период  24-26 недели  27 неделя  35-36 недели	10  5  5  10  5  5  10
3	Микрозачет по физической подготовке	38 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	44-45 недели	30
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, 15 группы направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной акробатике. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов 6. Организация и проведение соревнований. 7. Организация и проведение фестиваля гимнастики. 8. Проведение диагностики психофизиологических особенностей	1-7 недели 8-15 недели 16-20 недели 21-24 недели 25-28 недели 29-30 недели 31-33 недели 34-38 недели	10 10 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	39 неделя	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	40 неделя	30
	Всего:		100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, ускоренной формы обучения*

### IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2, 3 сессии.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Подготовка мест занятий по спортивной акробатике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной акробатике. 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике	5 5 10 5 10 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, ускоренной формы обучения*

### V. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5, 6 сессии.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной акробатике. 2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной акробатике. 3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки 4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной акробатикой. 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке. 6. Проведение занятия по хореографии. 7. Проведение хореографии на ковре. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов многоборья.	5 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, ускоренной формы обучения*

### VI. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): сессии 8, 9.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной акробатике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной акробатике. 3. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой 4. Навыки определения уровня работоспособности акробатов. 5. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной акробатике. 6. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов многоборья.	10 5 5 10 5 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, ускоренной формы обучения*

### II. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): сессия В.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков:	
	1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной акробатике.	10
	2. Сохранение и поддержание спортивной формы.	10
	3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности	5
	4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства.	5
	5. Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов.	5
	6. Организация и проведение соревнований.	5
	7. Организация и проведение фестиваля гимнастики.	5
	8. Проведение диагностики психофизиологических особенностей	5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, заочной формы обучения*

### VII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1-2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Подготовка мест занятий по спортивной акробатике и изучение инструкций по технике безопасности. 2. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части тренировочного занятия по спортивной акробатике 3. Проведение тренировочного занятия с использованием средств начальной подготовки. 4. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений общефизической направленности 5. Занятия по анализу техники гимнастических упражнений на снарядах 6. Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике	5 5 10 5 10 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	30
	<b>Всего:</b>	<b>100</b>

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, заочной формы обучения*

### VIII. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3-4 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения основной части занятия по спортивной акробатике 2. Педагогические умения и навыки проведения заключительной части занятия по спортивной акробатике. 3. Проведение тренировочного занятия по программе этапа начальной специализированной подготовки 4. Самоконтроль в процессе занятий спортивной акробатикой. 5. Профессионально-педагогические навыки проведения комплекса упражнений по специальной физической подготовке. 6. Проведение занятия по хореографии. 7. Проведение хореографии на ковре. 8. Формирование навыков судейства соревнований в качестве арбитров по трудности на одном из видов акробатики.	5 5 5 5 5 5 5 5
3	Микрозачет по специальной физической подготовке	20
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, заочной формы обучения*

### IX. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5-6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки ДЮСШ по спортивной акробатике 2. Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах ДЮСШ по спортивной акробатике 3. Изучение структуры и организации работы ДЮСШ по спортивной акробатике. 4. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий спортивной акробатикой 5. Навыки определения уровня работоспособности акробатов. 6. Хронометраж тренировочного занятия по спортивной акробатике. 7. Формирование навыков судейства в качестве арбитров на одном из видов многоборья.	10 5 5 10 5 5 10
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>промежуточный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка. заочной формы обучения*

### III. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7-8 семестр.  
Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения занятий с учебно-тренировочными группами ДЮСШ по спортивной акробатике 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов. 4. Организация и проведение соревнований. 5. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе начальной подготовки. 6. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе начальной специализированной подготовки. 7. Разработка годового плана подготовки акробатов на этапе углубленной специализированной подготовки.	10 10 5 10 5 5 5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных

занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 5 курса, направления подготовки Физическая культура, направленности (профилю) Спортивная подготовка, заочной формы обучения*

### IV. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 9 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Проведение занятий с группами спортивного совершенствования в ДЮСШ по спортивной акробатике. 2. Сохранение и поддержание спортивной формы 3. Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности 4. Проведение тренировочного занятия на этапе спортивного совершенствования спортивного мастерства. 5. Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов. 6. Организация и проведение фестиваля гимнастики. 7. Проведение диагностики психофизиологических особенностей личности акробата	10 10 5 5 5 10 5
3	Микрозачет по физической подготовке	10
4	Сдача экзамена ( <b>рубежный контроль</b> )	30
	Всего:	100

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к экзамену

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К экзамену допускается студент, набравший не менее 31 балл, имея возможность, сдать экзамен на «отлично» (30 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

Набранные баллы	<51	51-60	61-67	68-84	85-93	94-100
Словесно-цифровое выражение оценки	2 Неудовлетворительно		3 Удовлетворительно	4 Хорошо	5 Отлично	
Оценка по шкале ECTS	F	E	D	C	B	A

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики гимнастики**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная  
акробатика)»**

Направление подготовки/специальность: Физическая культура

Направленность (профиль): Спортивная подготовка

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная/заочная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 20 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9

**3. Цель освоения дисциплины (модуля):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по спортивной акробатике и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

В результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующими компетенциями:

- способность проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);
- способность осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики и теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);
- способность оценивать физические способности и функциональное состояние занимающихся, технику выполнения физических упражнений (ОПК-5);
- способность организовывать и проводить соревнования и осуществлять судейство по базовым видам спорта и избранному виду спорта (ОПК-8);
- способность реализовывать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта с использованием современных методик по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся (ПК-10);
- способность разрабатывать перспективные, оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского и массового спорта (ПК-11);
- способность совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство в процессе тренировочных занятий, владением в соответствии с особенностями избранного вида спорта техникой движений, технико-тактическими действиями, средствами выразительности (ПК-14);
- способность осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности, сохранять и поддерживать спортивную форму (ПК-15).

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

**Очная форма обучения**

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 234 часа (7 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>60</b>	<b>165</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике		12	85		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов		12	20		
3.	Освоение методики технической подготовки акробатов		12	20		
4.	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности		12	20		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике		12	20		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 126 часов (4 зачетные единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>60</b>	<b>57</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике		20	12		
2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов		10	8		
3.	Освоение методик психологической подготовки акробатов		20	12		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	8		

5.	Организация и проведение соревнований		6	17		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 81 час (2 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Организация и проведение занятий по спортивной акробатике		24	3		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий			3		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	3		
4.	Организация и проведение соревнований		16	3		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 279 часов (8 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>60</b>	<b>210</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике		20	70		
2.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		2	40		
3.	Управление процессом спортивной подготовки		20	40		
4.	Организация и проведение соревнований		18	60		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>240</b>	<b>444</b>	<b>36</b>	

### Ускоренная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1.	Организация и проведение тренировочных занятий по спортивной акробатике		4	31		

2.	Формирование навыков совершенствования физических качеств акробатов		4	30		
3.	Освоение методики технической подготовки акробатов		4	30		
4.	Составление комплексов упражнений общефизической и оздоровительной направленности		4	30		
5.	Формирование навыков судейства соревнований в качестве младших судей по спортивной акробатике		4	30		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной, основной и заключительной частей занятия по спортивной акробатике		4	31		
2.	Содержание тренировочных занятий на этапе начальной специализированной подготовки		4	30		
3.	Освоение методик психологической подготовки акробатов		4	30		
4.	Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий		4	30		
5.	Организация и проведение соревнований		4	30		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной и начальной специализированной подготовки ДЮСШ по спортивной акробатике		5	40		
2.	Разработка годового плана подготовки спортсменов на начальном и тренировочном этапах многолетней подготовки в спортивной акробатике		5	41		
3.	Хронометраж занятий по спортивной акробатике		5	40		

4.	Формирование навыков судейства в качестве арбитра на одном из видов акробатического многоборья		5	30		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 180 часов (5 зачетных единиц)</b>	<b>7</b>	<b>20</b>	<b>151</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
1	Проведение занятий с группами совершенствования спортивного мастерства по спортивной акробатике		5	41		
2.	Навыки определения уровня специализированных качеств у акробатов		5	40		
3.	Разработка и написание положения о соревнованиях по спортивной акробатике		5	30		
4.	Организация и проведение массовых гимнастических выступлений (фестивалей)		5	40		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>80</b>	<b>604</b>	<b>36</b>	

### Заочная форма обучения

№	Разделы (модули) дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (спортивная акробатика)»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>II курс</b>	<b>Всего: 198 часов (6 зачетных единиц)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>III курс</b>	<b>Всего: 90 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часа (5 зачетных единиц)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачетные единицы)</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>		<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	
--	--	------------	------------	-----------	--

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и  
туризма (ГЦОЛИФК)»



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики единоборств**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Б1.В.ОД.16 Спортивно-педагогическое совершенствование  
(армспорт)»**

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *заочная*  
Год набора 2015 г.

Москва – 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 8от «23» апреля 2015 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТИМ единоборств  
(наименование)  
Протокол № 32 от «19» апреля 2017 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
ТИМ единоборств  
(наименование)  
Протокол № 30 от «12» апреля 2016 г.

Составитель:

**Махмудов Мехтихан Магамедханович** – доцент кафедры ТИМ единоборств  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ».

Рецензент:

Примерная программа учебной дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (Армспорт)» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования с учетом рекомендаций и ПрООП ВО на основе учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», по профилю «Спортивная подготовка».

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Цели освоения дисциплины	4
2.	Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата	4
3.	Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»	4
4.	Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»	5
	4.1. Очное отделение	5
	4.2. Заочное отделение	11
5.	Образовательные технологии	16
6.	Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов	18
7.	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»	24
8.	Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)	25

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

**1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»:** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий по армспорту и поддержание их спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## 2. Место дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Учебная дисциплина «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)» относится к профессиональному циклу вариативной части ФГОС ВО по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников практические навыки решения сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области армспорта.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как теория и методика избранного вида спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика спорта, психология физической культуры, физиология спорта, биомеханика двигательной деятельности и спортивная метрология, безопасность жизнедеятельности, восстановление в спорте, врачебный контроль, аналогичные видам армспорта виды спорта и др.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
ОПК-2	Знать: - основы теории и методики физической культуры; - методику проведения учебных занятий по базовым видам спорта; - требования образовательных стандартов.			1 2 5 6
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры; - разрабатывать учебные программы занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся и требований образовательных стандартов;			

	Владеть: навыками планирования и проведения учебных занятий по базовым видам спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры, требований образовательных стандартов, учета специфики базовых видов спорта.			
<b>ОПК-3</b>	Знать: - основы теории и методики физической культуры и спорта; - принципы и методы обучения; - требования стандартов спортивной подготовки в избранном виде спорта.			
	Уметь: - применять в профессиональной деятельности положения дидактики и теории и методики физической культуры и спорта; - разрабатывать и реализовывать тренировочные и соревновательные программы спортивной подготовки в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся и требований стандартов спортивной подготовки.			8 9 10
	Владеть: навыками планирования и проведения тренировочных занятий в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и спорта, требований Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта.			
<b>ОПК-5</b>	Знать: - средства и методы оценки физических способностей, функционального состояния занимающихся, техники выполнения физических упражнений; - основы биомеханики двигательной деятельности человека, физиологии, анатомии, психологии.			3 4
	Уметь: - анализировать тактику в армспорте			5 6
	Владеть: - навыками оценки уровней физической, функциональной и технической подготовленности занимающихся, на основе различных критериев.			9 10
<b>ОПК-8</b>	Знать: - правила соревнований по базовым видам спорта и избранному виду спорта; - обязанности организаторов и судей соревнования.			
	Уметь: - осуществлять объективное судейство соревнований; - выполнять функции судей по армспорту.			5 6 8
	Владеть: - навыками организации и проведения соревнований различного уровня; - умением осуществлять объективное судейство			9 10

	соревнований.			
<b>ПК-10</b>	Владеть: - современными методиками по определению антропометрических, физических и психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте			8
<b>ПК-11</b>	Уметь: - разрабатывать годовой план подготовки спортсменов на тренировочном этапе многолетней подготовки в армспорте			8
	Владеть: - навыками разработки годового плана подготовки спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства по армспорту			9 10
<b>ПК-14</b>	Уметь: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта (армспорт) демонстрировать технику движений			3 4
	Владеть: - в соответствии с особенностями избранного вида спорта владеть техникой движений, технико-тактическими действиями; - способностью совершенствовать индивидуальное спортивное мастерство.			5 6 8
<b>ПК-15</b>	Уметь: - осуществлять самоконтроль, оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			5 6
	Владеть: - умением сохранять и поддерживать определенный уровень спортивной подготовленности; - оценивать процесс и результаты индивидуальной спортивной деятельности.			9 10

#### **4. Структура и содержание дисциплины «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»**

##### **4.1 Заочная форма обучения**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 20 зачетных единиц, экзамены – 45 часов, аудиторных занятий – 100 часов, самостоятельная работа студентов – 572 часа.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов (в числителе – кол-во часов работы под наблюдением преподавателя, в знаменателе – без преподавателя).

№	Разделы дисциплины (модули) «Теория и методика армспорта»	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
<b>I курс</b>	<b>Всего: 162 часа (4,5 зачетных единицы)</b>	<b>1-2</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение занятий по армспорту.</b>		<b>16</b>	<b>99</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по армспорту.		4	20		
1.2	Подготовка мест занятий по армспорту и изучение инструкций по технике безопасности.		4	10		
1.3	Занятия армспортом по программе начальной подготовки..		8	69		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.</b>		<b>4</b>	<b>34</b>		
2.1	Профессионально- педагогических навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности.		4	34		
<b>II курс</b>	<b>Всего: 198 часов (5,5 зачетных единицы)</b>	<b>3-4</b>	<b>20</b>	<b>169</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение занятий по армспорту.</b>		<b>8</b>	<b>79</b>		
1.1	Занятия армспортом по программе начальной подготовки		8	79		
<b>2.</b>	<b>Освоение методики технико- тактической подготовки борцов.</b>		<b>4</b>	<b>30</b>		
2.1	Занятия по анализу техники армспорта.		4	30		

<b>3.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.</b>		<b>4</b>	<b>30</b>		
3.1	Составление комплекса упражнений общефизической и оздоровительной направленности.		4	30		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований.</b>		<b>4</b>	<b>30</b>		
4.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве бокового судьи.		4	30		
<b>III курс</b>	<b>Всего: 90 часа (2,5 зачетных единицы).</b>	<b>5-6</b>	<b>20</b>	<b>61</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение занятий по армспорту.</b>		<b>10</b>	<b>11</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной части занятий по армспорту.		2	4		
1.2	Занятия армспортом по программе начальной углубленной спортивной специализации.		6	3		
1.3	Самоконтроль в процессе занятий по армспорту		2	4		
<b>2.</b>	<b>Формирование навыков совершенствования физических качеств борцов.</b>		<b>2</b>	<b>8</b>		
2.1	Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке.		2	8		
<b>3.</b>	<b>Освоение методик технико-тактической подготовки борцов.</b>		<b>4</b>	<b>20</b>		
3.1	Занятия по анализу тактики армспорта.		2	10		
3.2	Методики обучения в армспорте.		2	10		
<b>4.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.</b>		<b>2</b>	<b>8</b>		
4.1	Составление комплексов упражнений по специальной физической подготовке борцов.		2	8		
<b>5.</b>	<b>Организация и проведение соревнований.</b>		<b>2</b>	<b>14</b>		

5.1	Формирование навыков судейства соревнований в качестве судей по армспорту.		2	14		
<b>IV курс</b>	<b>Всего: 162 часа (4,5 зачетных единицы)</b>	<b>7-8</b>	<b>20</b>	<b>133</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>
<b>1.</b>	<b>Организация и проведение занятий по армспорту.</b>		<b>12</b>	<b>85</b>		
1.1	Педагогические умения и навыки проведения занятий с группами начальной подготовки и учебно-тренировочными группами спортивных школ по армспорту.		2	6		
1.2	Реализация системы отбора и спортивной ориентации в группах спортивных школ по армспорту		2	4		
1.3	Изучение структуры и организации работы спортивных школ по армспорту.			8		
1.4	Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в процессе тренировочных занятий по армспорту		8	67		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.</b>			<b>16</b>		
2.1	Разработка годового плана на этапах предварительной подготовки и начальной углубленной спортивной специализации борцов			16		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки.</b>		<b>4</b>	<b>16</b>		
3.1	Навыки определения уровня работоспособности спортсменов в армспорте.		2	8		
3.2	Хронометраж занятий по армспорту.		2	8		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>4</b>	<b>16</b>		
4.1	Формирование навыков судейства в качестве судей по армспорту.		4	16		
<b>V курс</b>	<b>Всего: 108 часов (3 зачетных единиц).</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>79</b>	<b>9</b>	<b>Экзамен</b>

<b>1.</b>	<b>Организация и проведение занятий по армспорту.</b>		<b>10</b>	<b>43</b>		
1.1	Проведение занятий с группами спортивного совершенствования по армспорту.		4	8		
1.2	Сохранение и поддержание спортивной формы		4	30		
1.3	Оценка процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности		2	5		
<b>2.</b>	<b>Разработка перспективных и оперативных планов и программ, конспектов занятий.</b>		<b>2</b>	<b>4</b>		
2.1	Разработка годового плана подготовки спортсменов в группах спортивного совершенствования по армспорту.		2	4		
<b>3.</b>	<b>Управление процессом спортивной подготовки.</b>		<b>2</b>	<b>16</b>		
3.1	Навыки определения уровня специальных качеств в армспорте.		2	16		
<b>4.</b>	<b>Организация и проведение соревнований</b>		<b>6</b>	<b>16</b>		
4.1	Разработка и написание положения о соревнованиях по армспорту.		2	4		
4.2	Составление сметы на проведение соревнований по армспорту.		2	4		
4.3	Организация и проведение соревнований в армспорте.		2	8		
<b>Всего: 720 часов (20 зачетных единиц)</b>			<b>100</b>	<b>575</b>	<b>45</b>	

**5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Спортивно-педагогическое совершенствование (армспорт)»**

**5.2.1. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:**

**Вопросы для устного ответа:**

1. Основы применения строевых упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
2. Основы применения общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
3. Основы применения акробатических упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
4. Основы применения беговых и игровых упражнений в подготовительной части занятий по армспорту.
5. Основы применения специально-подготовительных упражнений в подготовительной части занятий по армспорту
6. Основы применения упражнений из различных видов спорта в подготовительной части занятий.
7. Основы применения средств и методов из других видов спорта в общефизической подготовке борцов.
8. Навыки использования упражнений из других видов спорта в подготовительной части занятий.
9. Основы правильной техники выполнения базовых атакующих движений в армспорте.
10. Основы правильной техники выполнения базовых защитных движений в армспорте.
11. Основы правильной техники выполнения движений в контр атакующих позициях.
12. Основы правильной техники расположения ног в атакующем положении.
13. Основы правильной техники расположения ног в защитной позиции.
14. Основы правильной техники расположения туловища в контратакующей позиции .
15. Основы правильной техники расположении тела при установки локтя на подлокотнике в атакующем режиме.
16. Основы правильной техники расположения тела в режиме защиты от атаки верхом.
17. Показ и анализ техники армспорта движения верхом
18. Показ и анализ техники армспорта движения крюк.
19. Показ и анализ техники армспорта движения прямой кистью.
20. Показ и анализ техники армспорта движением пронацией кисти.
21. Показ и анализ техники армспорта движением основанием кисти.
22. Показ и анализ техники армспорта атаки с упором в правую стойку стола.
23. Судейство соревнований в качестве бокового судьи.

#### **5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:**

##### **Вопросы для устного ответа:**

1. Основы применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.
2. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.
3. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.
4. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.
5. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.

6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.

7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.

8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.

9. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

10. Навыки использования упражнений на восстановление дыхания в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

11. Навыки использования упражнений на восстановление ЧСС в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

12. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

13. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

14. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе(верхом) .

15. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе(крюк).

16. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе (прямой кистью).

17. Анализ тактики выполнения технических действий (пронацией кисти)

18. Анализ тактики выполнения технических действий (толчком)

19. Анализ тактики выполнения технических действий из положения удержания.

20. Особенности выполнения функций бокового судьи.

21. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (верхом).

22. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в (крюк).

23. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (прямой кистью).

24. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (пронацией кисти).

25. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (толчком).

26. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в положении удержания.

27. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.

28. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

### **5.2.3. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре заочной формы обучения:**

#### **Вопросы для устного ответа:**

6. Основы применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.

7. Основы применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.

8. Основы применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.

9. Основы применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.

10. Особенности применения упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту.

6. Особенности применения упражнений на восстановление дыхания и ЧСС в заключительной части занятий по армспорту.

7. Особенности применения упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту.

8. Особенности применения упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту.

29. Навыки использования упражнений из других видов спорта в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

30. Навыки использования упражнений на восстановление дыхания в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

31. Навыки использования упражнений на восстановление ЧСС в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

32. Навыки использования упражнений растяжение в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

33. Навыки использования упражнений на расслабление в заключительной части занятий по армспорту, с учетом особенностей занимающихся, на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры.

34. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе(верхом) .

35. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе(крюк).

36. Анализ тактики выполнения технических действий в борьбе (прямой кистью).

37. Анализ тактики выполнения технических действий (пронацией кисти)

38. Анализ тактики выполнения технических действий (толчком)

39. Анализ тактики выполнения технических действий из положения удержания.

40. Особенности выполнения функций бокового судьи.

41. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (верхом).

42. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в (крюк).

43. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (прямой кистью).

44. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (пронацией кисти).

45. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы (толчком).

46. Умение демонстрации оптимальной техники борьбы в положении удержания.

47. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.

48. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

49. Осуществление самоконтроля на занятиях по борьбе.

50. Осуществление самоконтроля между занятиями различной направленности по борьбе.

#### **5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре заочной формы обучения:**

##### **Вопросы для устного ответа:**

1. Разработка программы спортивной подготовки по армспорту на начальном этапе.

2. Разработка программы спортивной подготовки по армспорту на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

3. Особенности реализации программы спортивной подготовки по армспорту на начальном этапе.

4. Особенности реализации программы спортивной подготовки по армспорту на этапе начальной углубленной спортивной специализации.

5. Навыки планирования тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе многолетней подготовки.
6. Навыки планирования занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
7. Навыки проведения тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на начальном этапе подготовки.
8. Навыки проведения тренировочных занятий по армспорту с учетом особенностей занимающихся на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
9. Определение уровня работоспособности борцов.
10. Выполнение функции арбитра при проведении соревнований по армспорту.
11. Выполнение функции секретаря при проведении соревнований по армспорту.
12. Применение методики по определению антропометрических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте
13. Применение методики по определению физических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте.
14. Применение методики по определению психических особенностей занимающихся при реализации системы отбора и спортивной ориентации в армспорте.
15. Разработка годового плана подготовки борцов на тренировочном этапе многолетней подготовки (начальной специализации).
16. Разработка годового плана подготовки борцов на этапе начальной углубленной спортивной специализации.
17. Совершенствование индивидуального спортивного мастерства в армспорте.

#### **5.2.5. Содержание экзаменационных требований для студентов в IX семестре заочной формы обучения:**

##### **Вопросы для устного ответа:**

1. Разработка тренировочной программы подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
2. Планирование тренировочных занятий в армспорте с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
3. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию технике борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
4. Проведение тренировочных занятий по совершенствованию тактики борьбы с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
5. Проведение тренировочных занятий борцов по ОФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
6. Проведение тренировочных занятий борцов по СФП с учетом особенностей занимающихся на этапе спортивного совершенствования.
7. Определение уровня специализированных качеств у борцов в средних весовых категориях.
8. Определение уровня специализированных качеств у борцов в тяжелых весовых категориях.
9. Определение уровня специализированных качеств у борцов в легких весовых категориях
10. Разработка подготовительного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
11. Разработка соревновательного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
12. Разработка переходного периода годового плана подготовки борцов на этапе спортивного совершенствования.
13. Учет взаимовлияния нагрузок при разработке годового плана подготовки на этапе спортивного совершенствования.