

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**им. В.П. Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ  
ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ**

*Направление: 49.04.01 – «Физическая культура»*

Направленность (профиль) образовательной программы  
*«Система подготовки в профессиональном спорте»*


*Квалификация - магистр*

*Красноярск 2021*

Рабочая программа дисциплины составлена к.п.н. Чупровой Е.Д.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании  
кафедры теории и методики борьбы  
протокол № 11 от 12.05.2021 г.

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы  
д.п.н., профессор, академик РАО



Д.Г. Миндиашвили

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № 9 от 21.05.2021 г.

Председатель совета  
д.п.н., профессор



А.И. Завьялов

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Гендерное сознание и поведение в значительной мере определяют распределение социальных, культурных и психологических особенностей и жизненных приоритетов молодежи и взрослых и отражаются на содержании межличностного общения и отношении к учебе и спорту.

Чтобы процесс обучения в вузе оказывал положительное влияние на биологическое, психическое и социальное здоровье студентов, необходимо учитывать их гендерные особенности, обусловленные половыми различиями. Это проявляется в определении физических нагрузок, выборе видов спорта для занятий и видов физических упражнений.

Рабочая программа дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом» разработана согласно ФГОС ВО по направлению 49.04.01 – Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы: Система подготовки в профессиональном спорте.

Дисциплина «Гендерные особенности занятий спортом» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, входит в модуль по выбору «Организационные вопросы спортивной тренировки», индекс дисциплины в учебном плане Б1.В.1.ДВ.01.02.01, форма обучения заочная.

### 2. Трудоемкость дисциплины

Дисциплина проводится на 2 и 3 курсах в 4 и 5 семестрах, состоит из 180 часов (5 кредитов), включает 18,15 часов контактной работы и 158 часов самостоятельной работы. По прохождению дисциплины магистранты сдают зачет с оценкой (3,85 час.). Дисциплина помогает магистрантам лучше познать свою профессию и подготавливает их к практической деятельности.

### 3. Цель изучения дисциплины

#### «Гендерные особенности занятий спортом»

1. Формирование у магистрантов представлений о гендерных различиях между мужчиной и женщиной, о влиянии гендерных особенностей на спортивный результат.
2. Овладение компетенциями, обеспечивающими готовность магистрантов успешно сдать зачет по дисциплине «Гендерные особенности занятий спортом».

### 4. Планируемые результаты обучения.

#### «Гендерные особенности занятий спортом»

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
1. Формирование у магистрантов необходимого уровня теоретических знаний о сферах личностного развития и влиянии гендерных особенностей на личность	Знать факторы личностного развития и сферы значимых различий между мужчиной и женщиной	ОПК-6.Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта
	Уметь выделять гендерные различия, определяемые на генетическом уровне	
	Владеть методикой построения тренировочных занятий с учетом гендерных особенностей, актуализируя гендерные роли учащихся	

2. Формирование у магистрантов необходимого уровня практических умений подбора средств и методов спортивной подготовки, учитывающих гендерные особенности	Знать средства и методы спортивной подготовки, учитывающие гендерные роли учащихся	ПКО-3. Способен разрабатывать и реализовывать технологии обучения для повышения эффективности процесса подготовки спортсменов
	Уметь подбирать средства и методы развития какого-либо физического качества, общеразвивающие упражнения с учетом гендерных особенностей учащихся; уметь проводить планирование на текущее занятие, использовать простейшие методы педагогического контроля, актуализируя гендерные роли спортсменов	
	Владеть методикой подбора физических упражнений для проведения занятия с учетом гендерных особенностей спортсмена	

## 5. Контроль результатов освоения дисциплины.

В целях текущего контроля успеваемости по дисциплине «Гендерные особенности занятий спортом» применяются следующие методы:

- 1) опрос;
- 2) подбор общеразвивающих упражнений с учетом гендерных особенностей учащихся;
- 3) подбор специальноподготовительных упражнений с учетом гендерных особенностей учащихся в избранном виде спорта.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для промежуточной аттестации».

## 6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система).
2. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения):
  - проблемное обучение;
  - интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар);
  - технология интенсификации обучения на основе схемных моделей учебного материала.
3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - технология индивидуализации обучения;
  - коллективный способ обучения.

**Технологическая карта обучения дисциплине  
«Гендерные особенности занятий спортом»**

для обучающихся основной профессиональной образовательной программы  
уровень высшего образования - магистратура

**49.04.01 – Физическая культура**

**Направленность (профиль) образовательной программы  
«Система подготовки в профессиональном спорте»**

(общая трудоемкость 5 з.е.)

Название разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Контактных	Лекций	Лабораторных	Практических	КРЗ	Самостоятельной работы	КРЭ	Контроль
<b>1. Общая характеристика гендерных различий мужчин и женщин, занимающихся спортом.</b> Классификация видов спорта и физических упражнений. Понятия «пол» и «гендер». Психофизические особенности мужчин и женщин. Гендерные особенности и мотивы ухода из спорта. Влияние спорта на формирование характера. Социальные роли и спорт..	72	6	2		4		66		
<b>2. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения с учетом гендерных особенностей.</b> Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка	104	12		6	6		92		
<b>Форма итогового контроля</b>	4	0,15				0,15			3,85
<b>Всего:</b>	180	18,15	2	6	10	0,15	158		3,85

## **Содержание основных разделов и тем дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом»**

### **Содержание теоретического курса.**

#### **Раздел 1. Общая характеристика гендерных различий мужчин и женщин, занимающихся спортом.**

Классификация видов спорта и физических упражнений. Понятия «пол» и «гендер». Психофизические особенности мужчин и женщин. Гендерные особенности и мотивы ухода из спорта. Влияние спорта на формирование характера. Социальные роли и спорт.

#### **Раздел 2. Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения с учетом гендерных особенностей.**

Общая и специальная физическая подготовка. Функциональная подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка в спорте. Теоретическая подготовка. Воспитание моральных и волевых качеств спортсменов. Интегральная подготовка.

## **Методические рекомендации по освоению дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом»**

### **Рекомендации по работе на лекциях**

Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

### **Рекомендации по выполнению контрольных работ и заданий**

В соответствии с рабочей программой обучающиеся в процессе изучения дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом» обязаны подобрать общеразвивающие и специальноподготовительные упражнения, учитывающие гендерные особенности мужчин и женщин.

Выполнение данного задания - существенный этап самостоятельной работы обучающихся, который необходим для приобретения практических навыков.

При выполнении задания необходимо соблюдать следующие требования:

1. Задание следует выполнить и представить в сроки, указанные в учебном графике в строгом соответствии с требованиями методических указаний.
2. Задание должно быть оформлено на компьютере.
3. Задания должны быть выполнены в той последовательности, в которой они представлены в условиях работы.
4. Обучающиеся, не выполнившие работу в установленный срок, к зачету не допускаются.

При возникновении вопросов, связанных с выполнением заданий, следует обратиться за консультацией на кафедру теории и методики борьбы.

### **Рекомендации по подготовке к зачету**

Залогом успешной сдачи зачета являются систематические, добросовестные посещения занятий либо самостоятельное освоение материала магистрантами. Специфической задачей магистранта в период экзаменационной сессии является повторение, обобщение и систематизация всего материала, который изучен в течение семестра.

Начинать повторение рекомендуется за месяц-полтора до зачета. Повторение - процесс индивидуальный; каждый магистрант повторяет то, что для него трудно, неясно, забыто. Поэтому, прежде чем приступить к повторению, рекомендуется сначала внимательно посмотреть программу курса, установить наиболее трудные, наименее усвоенные разделы и выписать их на отдельном листе.

В процессе повторения анализируются и систематизируются все знания, накопленные при изучении программного материала: данные учебника, записи лекций, конспекты прочитанных книг, заметки, сделанные во время консультаций или семинаров, и др. Ни в коем случае нельзя ограничиваться только одним конспектом, а тем более, чужими записями. Всякого рода записи и конспекты - вещи сугубо индивидуальные, понятные только автору. Готовясь по чужим записям, легко можно впасть в очень грубые заблуждения.

Само повторение рекомендуется вести по темам программы и по главам учебника. Закончив работу над темой (главой), необходимо ответить на вопросы учебника или выполнить задания, а самое лучшее - воспроизвести весь материал.

Есть целый ряд принципов («секретов»), которыми следует руководствоваться при подготовке к зачету.

Первый - подготовьте свое рабочее место, где все должно способствовать успеху: тишина, расположение учебных пособий, строгий порядок.

Второй - сядьте удобнее за стол, положите перед собой чистые листы бумаги, справа - тетради и учебники. Вспомните все, что знаете по данной теме, и запишите это в виде плана или тезисов на чистых листах бумаги слева. Потом проверьте правильность, полноту и последовательность знаний по тетрадям и учебникам. Выпишите то, что не сумели вспомнить, на правой стороне листов и там же запишите вопросы, которые следует задать преподавателю на консультации. Не оставляйте ни одного неясного места в своих знаниях.

Третий - работайте по своему плану. Вдвоем рекомендуется готовиться только для взаимопроверки или консультации, когда в этом возникает необходимость.

Четвертый - подготавливая ответ по любой теме, выделите основные мысли в виде тезисов и подберите к ним в качестве доказательства главные факты и цифры. Ваш ответ должен быть кратким, содержательным, концентрированным.

Пятый - помимо повторения теории не забудьте подготовить практическую часть, чтобы свободно и умело показать навыки работы с текстами, картами, различными пособиями, решения задач и т.д.

Шестой - установите четкий ритм работы и режим дня. Разумно чередуйте труд и отдых, питание, нормальный сон и пребывание на свежем воздухе.

Седьмой - толково используйте консультации преподавателя. Приходите на них, продуктивно поработав дома и с заготовленными конкретными вопросами, а не просто послушать, о чем будут спрашивать другие.

Восьмой - бойтесь шпаргалки - она вам не прибавит знаний.

Девятый - не допускайте как излишней самоуверенности, так и недооценки своих способностей и знаний. В основе уверенности лежат твердые знания. Иначе может получиться так, что вам достанется тот единственный вопрос, который вы не повторили.

Десятый - не забывайте связывать свои знания по любому предмету с современностью, с жизнью, с производством, с практикой.

Одиннадцатый - когда на экзамене вы получите свой билет, спокойно сядьте за стол, обдумайте вопрос, набросайте план ответа, подойдите к приборам, картам, подумайте, как теоретически объяснить проделанный опыт. Не волнуйтесь, если что-то забыли.

При подготовке к занятиям необходимо еще раз проверить себя на предмет усвоения основных категорий и ключевых понятий курса.

### **Рекомендации по самостоятельной работе магистрантов**

*Подготовка к промежуточному рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины.

*Подготовка к итоговому рейтинг-контролю.* Внимательно изучите теоретический материал дисциплины и ознакомьтесь с перечнем вопросов на зачет, внимательно проработайте эти материалы.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуем придерживаться следующих советов:

1. Посещение лекционных и практических занятий.

2. Во время прохождения опроса стремитесь к тому, что бы ответить правильно на все вопросы, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите.

3. Во время сдачи зачета отвечайте на поставленный вопрос развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.

### **Методические рекомендации по организации инклюзивного образования для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Работу по организационно-педагогическому сопровождению образовательного процесса обучающихся с инвалидностью и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – лиц с ОВЗ) в университете осуществляют институты, факультеты, департамент. К работе по сопровождению образовательного процесса привлекаются: кафедры, проректор по внеучебной работе, учебно-методический центр дистанционного образования, проректор по административно-хозяйственной деятельности, волонтерский центр, управление информатизации, учебно-методическое управление, учебный отдел, студенческий отдел управления кадров, отдел практики, центр трудоустройства и сопровождения карьеры студентов и выпускников.

Организация образовательного процесса для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ в университете осуществляется на основании:

- Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п);
- Планов работы по профессиональной ориентации и созданию условий для инклюзивного образования в КГПУ им. В.П. Астафьева;
- Правил приема граждан на обучение по образовательным программам высшего образования.



Образование обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных нозологических группах.

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, что учитывается при реализации программы данной дисциплины. При составлении индивидуального плана обучения возможны сочетания различных форм проведения занятий по дисциплине «Инклюзивное образование в Красноярском крае»: аудиторные занятия, на дому с использованием дистанционных образовательных технологий, самостоятельная работа с индивидуальным консультированием.

Согласно Положения об организации образовательного процесса для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в КГПУ им. В.П. Астафьева и его филиалах, утвержденного приказом от 07.10.2015 № 387(п) при обучении инвалидов и лиц с ОВЗ при необходимости могут применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии с возможностью приема-передачи информации в доступных для них формах.

Для обучающихся с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья Порядком проведения занятий по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту по программам бакалавриата и специалитета при очной, очно - заочной и заочной формах обучения в КГПУ им. В.П. Астафьева от 26.06.2015, утвержденным приказом 248(п) устанавливается особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту на основании соблюдения принципов здоровьесбережения и адаптивной физической культуры. При проведении занятий по дисциплине «Психологические особенности детей с ОВЗ» преподаватель учитывает вид и тяжесть нарушений организма обучающегося с ограниченными возможностями здоровья и инвалида.

Имеющаяся безбарьерная среда в КГПУ им. В.П. Астафьева учитывает потребности лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Для обеспечения доступа в здания университета маломобильных граждан корпус на ул. Маркса, зд. 100 оборудован пандусом, поручнем и расширенными дверными проемами, корпус на ул. Ады Лебедевой, д. 89 оборудован системой вызова персонала для инвалидов (кнопка вызова персонала), имеются три мобильных подъемных платформы с электроприводом «БарсУГП-130-1». При необходимости платформы могут быть перевезены и использованы в любом учебном корпусе и (или) общежитии. При необходимости в университете могут быть созданы специальные места для парковки автотранспортных средств для инвалидов возле всех учебных корпусов. Ширина коридоров учебных корпусов соответствует нормативным требованиям для передвижения инвалидов-колясочников. В учебных корпусах по адресам: ул. Ады Лебедевой, д. 89, ул. Маркса, зд. 100, ул. Перенсона, д. 7 оборудованы санитарно-гигиенические комнаты для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Оборудованы специальные рабочие места для обучающихся, пользующихся специальными инвалидными креслами-колясками, что предполагает увеличение размера зоны на одно место с учетом подъезда и разворота кресла-коляски, увеличения ширины прохода между рядами столов.

Для обучающихся с нарушением зрения приобретены переносные лупы «Руби», настольные лупы с подсветкой, имеются специальное программное обеспечение, позволяющее увеличивать шрифт на компьютере, воспроизводить текстовые документы.

Для обучающихся с нарушением слуха приобретены две FM-системы индивидуального пользования и стационарные наушники. При необходимости данное оборудование может быть перевезено и использовано в любом учебном корпусе.

**КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ**  
**Технологическая карта рейтинга дисциплины**

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1</b>			
<b>Общая характеристика гендерных различий мужчин и женщин, занимающихся спортом</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
Текущая работа	Лекционные и практические занятия (посещаемость)	<b>0</b>	<b>6</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Опрос «Влияние гендерных различий на личность»	<b>20</b>	<b>24</b>
<b>Итого</b>		<b>20</b>	<b>30</b>

<b>БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2</b>			
<b>Подготовка спортсменов. Спортивная подготовленность и пути ее достижения с учетом гендерных особенностей</b>			
	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
Текущая работа	Лекционные и практические занятия (посещаемость)	<b>0</b>	<b>6</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Подбор общеразвивающих упражнений	<b>15</b>	<b>22</b>
	Подбор специально подготовительных упражнений	<b>15</b>	<b>22</b>
<b>Итого</b>		<b>30</b>	<b>50</b>

<b>ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ</b>			
Содержание	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
	Зачет	<b>10</b>	<b>20</b>
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>20</b>

<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ (10%)</b>			
Базовый раздел/ Тема	Форма работы	Количество баллов	
		Min	max
БР №1-2	Составление кроссворда	0	4
	Написание научной статьи, участие в региональной конференции, публикация	0	6
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)		min	max
		<b>60</b>	<b>100</b>

**СООТВЕТСТВИЕ РЕЙТИНГОВЫХ БАЛЛОВ И АКАДЕМИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ**

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
<b>Σ 60-100</b>	<b>зачтено</b>
<b>0-59</b>	<b>не зачтено</b>

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**им. В.П. Астафьева»**  
**(КГПУ им. В.П. Астафьева)**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ им. И.С. Ярыгина**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
протокол № 11 от 12.05.2021 г.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
протокол № 9 от 21.05.2021 г.

**ФОНД**  
**ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ**

**Направление подготовки: 49.04.01 – Физическая культура**

направленность (профиль) образовательной программы  
**«Система подготовки в профессиональном спорте»**

**Квалификация: магистр**

Составитель: Чупрова Е.Д., к.п.н., доцент

**ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**  
**на фонд оценочных средств рабочей программы дисциплины**  
**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ**

направление подготовки 49.04.01 Физическая культура  
направленность (профиль) образовательной программы Система подготовки в  
профессиональном спорте

Рябининым Сергеем Петровичем, доцентом кафедры теоретических основ физического воспитания Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева проведена экспертиза фонда оценочных средств (ФОС) рабочей программы дисциплины Гендерные особенности занятий спортом, разработанного доцентом кафедры теории и методики борьбы Чупровой Е.Д.

Разработчиком представлен комплект документов, включающий:

- перечень компетенций, которыми должны овладеть студент в результате освоения дисциплины;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций;

На основании рассмотрения представленных на экспертизу материалов, сделаны следующие выводы:

1. Структура и содержание ФОС по дисциплине Гендерные особенности занятий спортом соответствует требованиям, предъявляемым к структуре и содержанию фондов оценочных средств ОПОП ВО. А именно:

1.1 Перечень формируемых компетенций, которыми должны овладеть студенты в результате освоения дисциплины соответствует ФГОС ВО.

1.2 Показатели и критерии оценивания компетенций, а также шкалы оценивания в целом обеспечивают возможность проведения всесторонней оценки результатов обучения, уровней сформированности компетенций.

2. Направленность ФОС соответствует целям ОПОП ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Система подготовки в профессиональном спорте и будущей профессиональной деятельности студента.

3. Объём ФОС соответствует учебному плану подготовки магистра по дисциплине.

4. По качеству оценочные средства ФОС в целом обеспечивают объективность и достоверность результатов при проведении оценивания.

На основании проведенной экспертизы можно сделать заключение, что ФОС дисциплины Гендерные особенности занятий спортом ОПОП ВО по направлению 49.04.01 Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы Система подготовки в профессиональном спорте, разработанного Чупровой Е.Д. соответствует требованиям образовательного и профессионального стандартов, а также современным требованиям рынка труда.

Эксперт  
кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры теоретических основ  
физического воспитания ФГБОУ ВО  
«КГПУ им. В.П. Астафьева»

  
  
С.П. Рябинин

## Назначение фонда оценочных средств

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.04.01** – Физическая культура;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.04.01 – Физическая культура, направленность (профиль) образовательной программы: Система подготовки в профессиональном спорте;

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

### 2. Перечень компетенций, подлежащих формированию в рамках дисциплины

2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом»:

1. ОПК-6. Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта;

2. ПКО-3. Способен разрабатывать и реализовывать технологии обучения для повышения эффективности процесса подготовки спортсменов.

### 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
			Номер	Форма
ОПК-6. Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта	Теория и методика детско-юношеского спорта Информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности Гендерные особенности занятий спортом Учебная практика: Ознакомительная практика Производственная практика: Профессионально-ориентированная практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	текущий контроль	1	опрос
		Промежуточная аттестация	4	зачет
ПКО-3. Способен разрабатывать и реализовывать технологии обучения для повышения эффективности процесса подготовки спортсменов	Теория отбора, прогнозирования и моделирования спортивных результатов Теория и методика детско-юношеского спорта Инновационные технологии в сфере спорта Основы речевой коммуникации в профессиональном спорте Основы подготовки и защиты магистерской диссертации Общая теория и практика подготовки и проведения соревнований Научно-методическое обеспечение	текущий контроль	2	Подбор упражнений
			3	Подбор упражнений
		Промежу-	4	зачет

	подготовки сборных команд Метрологические основы научного исследования в спорте Гендерные особенности занятий спортом Теория и методика избранного вида спорта Профилактика травматизма и заболеваний в процессе занятий спортом Производственная практика: Профессионально-ориентированная практика Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена Выполнение и защита выпускной квалификационной работы	точная аттестация		
--	---	-------------------	--	--

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают вопросы к зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство: вопросы к зачету, разработчик Чупрова Е.Д.

#### Критерии оценивания по оценочному средству «Вопросы к зачету»

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично/зачтено	(73 - 86 баллов) хорошо/зачтено	(60 - 72 баллов)* Удовлетворительно/зачтено
ОПК-6. Способен управлять взаимодействием заинтересованных сторон и обменом информацией в процессе деятельности в области физической культуры и массового спорта	<b>Владеет</b> системой знаний о методах и средствах спортивной тренировки с учетом гендерных особенностей. <b>Обосновывает</b> подбор тех или иных методов и средств спортивной тренировки в конкретной педагогической ситуации.	<b>Объясняет</b> взаимосвязи между содержанием структурных компонентов методов и средств спортивной тренировки. <b>Имеет опыт</b> подбора методов и средств спортивной тренировки, исходя из конкретной педагогической ситуации.	<b>Воспроизводит</b> основные положения системы знаний о методах и средствах спортивной тренировки. <b>Готов</b> к подбору методов и средств спортивной тренировки, исходя из конкретной педагогической ситуации.
ПКО-3. Способен разрабатывать и реализовывать технологии обучения для повышения эффективности процесса подготовки спортсменов	<b>Обосновывает</b> ценность знания и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Владеет</b> методикой проведения учебных занятий.	<b>Объясняет</b> значимость знаний и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Имеет опыт</b> проведения учебных занятий.	<b>Воспроизводит</b> формальные аргументы значимости учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Готов</b> к проведению учебных занятий.

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают:

- 1) опрос;
- 2) подбор общеразвивающих упражнений с учетом гендерных особенностей;
- 3) подбор специальноподготовительных упражнений с учетом гендерных особенностей в избранном виде спорта;

Критерии оценивания см. в технологической карте рейтинга в рабочей программе дисциплины «Гендерные особенности занятий спортом».

##### Критерии оценивания опроса

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>12 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа; <b>10 баллов</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов; <b>8 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне; <b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<b>12 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ. <b>10 баллов</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов; <b>8 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный; <b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.
Максимальный балл	<b>24</b>
Минимальный балл	<b>16</b>

##### Критерии оценивания подбора упражнений

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<b>22 баллов</b> – все пункты заполнены корректно с использованием научных понятий и терминов, установлена взаимосвязь между понятиями; <b>18 баллов</b> – пункты заполнены на не менее, чем 90% при формальном использовании научных терминов, имеется 2-3 ошибки в установлении взаимосвязей между понятиями; <b>15 баллов</b> – пункты заполнены не менее, чем на 60%, проблема обозначена на бытовом

	уровне, взаимосвязь между понятиями установлена, но имеются 3-4 ошибки; <b>0 баллов</b> – пункты заполнены менее, чем на 60%, взаимосвязь между понятиями не установлена.
Максимальный балл	<b>22</b>
Минимальный балл	<b>15</b>

## 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

### ОПРОС «Виды, способы проведения и оценки соревнований» (КИМ №1)

1. Понятие «пол» и «гендер».
2. Многоуровневая организация пола человека.
3. Биологические факторы развития человека и гендерные особенности.
4. Спортивная тренировка и гендерные особенности.
5. Спортивный результат и гендерные характеристики личности спортсмена.
6. Гендерные стереотипы в спорте.
7. Фемининность и спорт.
8. Маскулинность и спорт.
9. Влияние гендерных стереотипов на восприятие вида спорта.
10. Социальная роль мужчин и женщин.
11. Подбор упражнений для мужчин, исходя из его социальной роли.
12. Подбор упражнений для женщин, исходя из ее социальной роли.

### ПОДБОР ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ УПРАЖНЕНИЙ С УЧЕТОМ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ (КИМ №2)

Задание: подберите 8-10 общеразвивающих упражнений для мужчин и для женщин.

### ПОДБОР СПЕЦИАЛЬНОПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ С УЧЕТОМ ГЕНДЕРНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ (КИМ №3)

Задание: напишите комплекс силовых упражнений, учитывающий особенности женского телосложения, психики и социальной роли. Напишите комплекс силовых упражнений, учитывающий особенности мужского телосложения, психики и социальной роли.

### ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ К ЗАЧЕТУ (КИМ №4)

1. Гендерные различия мужчин и женщин.
2. Влияние гендерных различий на занятия спортом.
3. Отличительные особенности женского телосложения, психики и социальной роли.
4. Отличительные особенности мужского телосложения, психики и социальной роли.
5. Биологические факторы развития человека и гендерные особенности.
6. Спортивная тренировка и гендерные особенности.
7. Спортивный результат и гендерные характеристики личности спортсмена.
8. Гендерные стереотипы в спорте.
9. Половой диморфизм и необходимость его учета в спортивной деятельности.
10. Маскулинность и фемининность. Их значение при занятиях спортом



## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочую программу дисциплины  
на 20\_\_/20\_\_ учебный год

В программу вносятся следующие изменения:

- 1.
- 2.

Программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ г.

Внесенные изменения утверждаю:  
Заведующий кафедрой

Одобрено на заседании Научно-методического  
совета направления подготовки  
Департамента спортивных единоборств  
протокол № \_\_ от \_\_\_\_\_ г.  
Председатель совета

**Карта литературного обеспечения дисциплины  
(включая электронные ресурсы)**

**«Гендерные особенности занятий спортом»**

**для обучающихся образовательной программы**

**по направлению подготовки: 49.04.01 – Физическая культура,**

**Направленность (профиль) образовательной программы – Система подготовки в профессиональном спорте, квалификация - магистр**

**по заочной форме обучения**

№ п/п	Наименование	Место хранения / электронный адрес	Количество экземпляров / точка доступа
<b>Основная литература</b>			
1.	Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.	ИМЦ ФФКиС(5), АУЛ(35)	40
2.	Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. 3-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 480 с.	АУЛ(100)	101
3.	Иорданская, Ф.А. Мужчина и женщина в спорте высших достижений. Проблемы полового диморфизма / Ф.А. Иорданская. - М. : Советский спорт, 2012. - 256 с. - ISBN 978-5-9718-0586-1 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210424">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210424</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Дополнительная литература</b>			
4.	Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н.Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2011. – 863 с.	ЧЗ (1), АУЛ (19), АНЛ (3), ИМЦ ФФКиС (7)	30
5.	Проведение подготовительной части школьного урока: методические рекомендации / сост.: А.В Мельчаков, Г.Г. Мельчакова; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П.Астафьева.– Красноярск,2011. – 34 с.	ЧЗ (1), АНЛ (2), АУЛ (5), ИМЦ ФФКиС (2)	10
6.	Блеер, А. Н. Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.	ЧЗ (1), СБО (1), ИМЦ ФФКиС (4), АНЛ (1)	7
7.	Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов XXI века: научные основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин ; пер. с англ. И. Шаробайко. - М. : Спорт, 2016. - 464 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-906839-57-2 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454503">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454503</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
8.	Гендерные проблемы и развитие: Стимулирование развития через гендерное	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный

	равенство в правах, в доступности ресурсов и возможности выражать свои интересы / пер. А.С. Первушин, Л.Н. Волков, Н.А. Кудашева, О.Б. Осколкова и др. - М. : Весь Мир, 2005. - 404 с. - ISBN 5-7777-0153-1 ; То же [Электронный ресурс]. - <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=128383">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=128383</a>		неограниченный доступ
	<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
9.	Чупрова Е.Д. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с	ЭБС КГПУ <a href="http://elib.kspu.ru/document/5704">http://elib.kspu.ru/document/5704</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
	<b>Ресурсы сети Интернет</b>		
10.	Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс] : Научно-теоретический журнал	<a href="http://sportlib.info/Press/TPFK/">http://sportlib.info/Press/TPFK/</a>	свободный
	<b>Информационно-справочные системы</b>		
11.	Elibrary.ru. [Электронный ресурс]. - Электронная библиотечная система: база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. информ. порталю – Москва, 2000. – Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
12.	Российская государственная библиотека	<a href="http://www.rsl.ru">http://www.rsl.ru</a>	свободный
13.	Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение: справочная правовая система. – Москва, 1992.	Научная библиотека (1-02)	Локальная сеть вуза
14.	East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ. – Электрон.дан. – ООО ИВИС. – 2011 - .	<a href="https://dlib.eastview.com">https://dlib.eastview.com</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

Согласовано:

\_\_\_\_\_  
заместитель директора библиотеки  
(должность структурного подразделения)

  
(подпись)

/ Шулипина С.В.  
(Фамилия И.О.)

**Карта материально-технической базы дисциплины  
«Гендерные особенности занятий спортом»  
для обучающихся образовательной программы**

**по направлению подготовки: 49.04.01 – Физическая культура,  
Направленность (профиль) образовательной программы – Система подготовки в  
профессиональном спорте, квалификация - магистр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

**по заочной форме обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)</b>
<b>Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-27	Микрофонный пульт-10шт., монитор-6шт., компьютер-2шт., телевизор-2шт., система видеоконференцсвязи-1шт., микрофон+модуль-1шт., телефон-1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 3-55	Компьютер – 3 шт., копировальный аппарат – 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL)
<b>Помещения для самостоятельной работы в КГПУ им. В.П. Астафьева</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-05 Центр самостоятельной работы	компьютер- 15 шт., МФУ-5 шт Microsoft® Windows® 7 Professional Лицензия Dreamspark (MSDN AA). Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №2304- 180417-031116-577-384. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL). Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия); Google Chrome – (Свободная лицензия). Mozilla Firefox – (Свободная лицензия). LibreOffice – (Свободная лицензия GPL). Java – (Свободная лицензия); VLC – (Свободная лицензия). Консультант Плюс - (Свободная лицензия для учебных целей). Гарант - (Свободная лицензия для учебных целей) ноутбук-10 шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, 1-03 Зал для научной работы	Компьютер-3шт., МФУ-3шт., рабочее место для лиц с ОВЗ (для слепых и слабовидящих) Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017