

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева»**

**ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВ**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ  
ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

*Направление: 44.04.01 – «Педагогическое образование»*

*Направленность (профиль) образовательной программы  
«Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта»*

*Квалификация - магистр*

*Красноярск 2016*

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

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании  
кафедры теории и методики борьбы  
протокол № 3 от 05.10.2016 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 № 1 от 08.12.2016 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 физической культурой и спортом» разработана согласно ФГОС ВО по направлению 44.04.01 – Педагогическое образование, программа: Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта.

Дисциплина «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом» находится в вариативной части блока «Дисциплины», является дисциплиной по выбору, реализуется на втором курсе в четвертом семестре.

### 2. Трудоемкость дисциплины

Дисциплина состоит из 144 часов (4 кредита), и включает при заочной форме обучения – 4 часа аудиторной и 136 часов самостоятельной работы и завершается зачетом.

### 3. Цели освоения дисциплины

#### «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»

##### Основные цели обучения дисциплине:

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 физической культурой и спортом».

### 4. Планируемые результаты обучения по дисциплине

#### «Гендерные особенности занятий физической культурой и 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	ОК-4 - способность формировать ресурсно-информационные базы для осуществления практической деятельности в различных сферах
	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	ОК-4 - способность формировать ресурсно-информационные базы для осуществления практической деятельности в различных сферах
	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 «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»**

В целях текущего контроля успеваемости по дисциплине «Гендерные особенности занятий физической культурой и 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 для освоения дисциплины «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»**

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 физической культурой и спортом»**

для обучающихся образовательной программы  
Направление подготовки: *44.04.01 – Педагогическое образование*

Направленность (профиль) образовательной программы:  
«Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта»  
по заочной форме обучения  
(общая трудоемкость 4 з.е.)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов (з.е.)	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		все-го	лек-ций	лаб. работ	Пра-ктич.		
<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.	54	2			2	52	Опрос
<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.	72	2			2	84	Подбор упражнений
<b>Форма итогового контроля</b>	<b>4</b>						<b>зачет</b>
<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>4</b>			<b>4</b>	<b>136</b>	

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

**Введение**

Дисциплина «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом» является важным звеном системы обучения, поскольку с биологическими факторами связаны двигательная подвижность, возможности применения мышечной силы в том или ином виде деятельности, возбудимость нервных процессов, скорость психофизиологических реакций и т. п. Биологически

обусловленная активность психофизиологических процессов всегда получает социокультурную и личностную интерпретацию, связанную с тем, в каком социальном контексте развиваются и реализуются эти биологические (половые) особенности. В социально-психологическом плане различные аспекты биологического пола личности связаны с процессом социального восприятия, с системой социальных отношений. Реализация личности определяется мотивами, целями, ценностными ориентациями и предоставленными обществом и культурой средствами реализации природных (половых) возможностей в тех или иных поступках.

**Потенциал дисциплины в обеспечении образовательных интересов личности студента, обучающегося по соответствующей ООП:**

Данная дисциплина позволит студенту познать основы теоретических знаний, что в дальнейшем послужит базой для формирования у магистрантов навыков успешного проведения спортивных занятий.

**Потенциал дисциплины в удовлетворении требований заказчиков к выпускникам профиля в современных условиях:**

Дисциплина направлена на формирование компетенций в рамках общетеоретических положений спорта, что позволит быть более успешным в профессиональной сфере.

**Лист согласования рабочей программы «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом» с другими дисциплинами образовательной программы на 2017/18 уч.г.**

Наименование дисциплин, изучение которых опирается на данную дисциплину	Кафедра	Предложения об изменениях в дидактических единицах, временной последовательности изучения и т.д.	Принятое решение (протокол №, дата) кафедрой, разработавшей программу
Современные проблемы науки и образования	ТиМ борьбы		Изменений нет
Современные проблемы науки о физической культуре и спорте	ТиМ борьбы		Изменений нет
Физическая культура в системе образования человека	ТиМ борьбы		Изменений нет
Теория и методика спортивной подготовки	ТиМ борьбы		Изменений нет
Теория и методика профессиональной деятельности педагога	ТиМ борьбы		Изменений нет
Научно-методическое обеспечение подготовки сборных команд	ТиМ борьбы		Изменений нет
Диагностика и развитие физической работоспособности занимающихся	ТиМ борьбы		Изменений нет

Заведующий кафедрой

Д.Г. Миндиашвили

Председатель НМС

А.И. Завьялов

## **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 физической культурой и 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 физической культурой и 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 экзамену 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 экзамена или 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 экзамену.

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 экзамен, 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 экзамена отвечайте на поставленный вопрос развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.

## КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ МАГИСТРАНТОВ

### Технологическая карта рейтинга дисциплины «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Название программы/ профиля	Количество зачетных единиц
Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом	<b>44.04.01 – Педагогическое образование (магистратура)</b> Направленность (профиль) образовательной программы «Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта»	4
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>		
Предшествующие: теория и методика спортивной подготовки, теория и методика профессиональной деятельности педагога		
Последующие: государственный итоговый экзамен		

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

<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 специальноподготовительных 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
	Экзамен	<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>свыше 60 баллов</b>	<b>зачет</b>

## **Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы) по дисциплине «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»**

Фонд оценочных средств по дисциплине «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом» представлен в приложении к рабочей программе дисциплины.

### **Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»**

После окончания изучения обучающимися учебной дисциплины «Общая теория и практика подготовки и проведения соревнований» ежегодно осуществляются следующие мероприятия:

- анализ результатов обучения обучающихся дисциплине на основе данных промежуточного и итогового контроля;
- рассмотрение при необходимости возможностей внесения изменений в соответствующие разделы рабочей программы дисциплины – заполняется специальная форма «Лист внесения изменений», представленная ниже.

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе на 2017/2018 учебный год  
В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. В соответствии с приказом «О направленности (профиле) основных профессиональных образовательных программ в КГПУ им. В.П. Астафьева» от 07.02.2017 №36(п) в рабочей программе дисциплины и в фонде оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся термин «профиль» изменен на «направленность (профиль) образовательной программы».
2. В соответствии с приказом «О внесении изменений в Положение о формировании ФОС 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 ФГБОУ ВО «КГПУ им. В.П.Астафьева»» от 01.03.2017 №98(п) в фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся внесены изменения в Приложении 1 п. 3.2.1:

Прежнее наименование уровня	Новое наименование уровня
«высокий» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»	«продвинутый» уровень сформированности компетенций (87-100 баллов) отлично / зачтено»
«продвинутый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»	«базовый» уровень сформированности компетенций (73-86 баллов) хорошо / зачтено»
«базовый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»	«пороговый» уровень сформированности компетенций (60-72 баллов) удовлетворительно / зачтено»

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры  
протокол № 11 от 15.05.2017 г.

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой теории и методики борьбы,

профессор

Д.Г. Миндиашвили

Директор

Департамента спортивных единоборств,

профессор

А.И.Завьялов

## УЧЕБНЫЕ РЕСУРСЫ

**Карта литературного обеспечения дисциплины  
(включая электронные ресурсы)  
«Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»  
для обучающихся образовательной программы  
по направлению подготовки: 44.04.01 – Педагогическое образование,  
Направленность (профиль) образовательной программы  
– Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта,  
квалификация - магистр**

по заочной форме обучения

№ п/п	Наименование	Место хранения / электронный адрес	Количество экземпляров / точка доступа
<b>Основная литература</b>			
1.	<i>Теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 379 с.</i>	Информационно-методический центр ФФКиС, библиотека (АНЛ)	10
2.	<i>Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.</i>	Информационно-методический центр ФФКиС, библиотека (АНЛ)	40
3.	<i>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.</i>	Библиотека (АУЛ)	101
4.	<i>Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н.Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2011. – 863 с.</i>	Библиотека (ЧЗ, АНЛ, АУЛ), Информационно-методический центр ФФКиС	30
5.	<i>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].</i>	URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210424">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=210424</a>	
6.	<i>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].</i>	URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454503">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=454503</a>	
7.	<i>Гендерные проблемы и развитие: Стимулирование развития через гендерное равенство в правах, в доступности ресурсов и возможности выразить 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</i>	URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=128383">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=128383</a>	

	[Электронный ресурс].		
	<b>Дополнительная литература</b>		
8.	Миндиашвили, Д. Г., Завьялов А. И. <i>Формирование спортивно-образовательного пространства в условиях модернизации российского общества (на примере подрастающего поколения Сибирского региона): монография.</i> - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 416 с.	Библиотека (ЧЗ, АНЛ)	3
9.	Миндиашвили Д.Г., Завьялов А.И. <i>Учебник тренера по борьбе.</i> – Красноярск: Издательство КГПУ, 1995. – 213 с.	Кафедра теории и методики борьбы	50
10.	Барчуков, И. С. <i>Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И. С. Барчуков, А. А. Нестеров ; ред. Н. Н. Маликов. - 3-е изд., стер.. - М.: Академия, 2009. - 528 с.</i>	Библиотека (ЧЗ, АНЛ), Информационно-методический центр ФФКиС	5
11.	Туманян, Г. С.. <i>Стратегия подготовки чемпионов: (настольная книга тренера)/ Г. С. Туманян. - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.</i>	Библиотека (ЧЗ), Информационно-методический центр ФФКиС	2
12.	<i>Физическая культура и спорт: учебное пособие для подготовки к междисциплинарному государственному экзамену по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» / сост.: А. А. Завьялов, Д. А. Завьялов, Г. Г. Мельчакова, Полева Н.В., Чупрова Е.Д. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 308 с.</i>	Библиотека (ЧЗ, АНЛ, АУЛ), Информационно-методический центр ФФКиС	10
13.	<i>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.</i>	Библиотека (ЧЗ, АНЛ, АУЛ), Информац.-метод. центр ФФКиС)	10
14.	Блеер, А. Н. <i>Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.</i>	Библиотека (ЧЗ, СБО), Информационно-методический центр ФФКиС	6
15.	Завьялов А.И., Миндиашвили Д.Г. <i>Биопедагогика или спортивная тренировка.</i> – Красноярск: МП «Полис», 1992. – 64 с.	Кафедра теории и методики борьбы	50
	<b>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</b>		
16.	Киришина Е.Д. <i>Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие.</i> – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с	Кафедра теории и методики борьбы <a href="http://www.elib.kspu.ru">http://www.elib.kspu.ru</a>	10
17.	Чермит К.Д. <i>Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст]: учебное пособие.</i> – М.: Советский спорт, 2005. – 272 с.	Кафедра теории и методики борьбы	2
18.	Селиверстова В.В., Мельников Д.С. <i>Психофизиологическое тестирование спортсменов (учебно-методическое пособие): Национальный. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта.</i> – С-Пб, 2010. – 81 с.	Кафедра теории и методики борьбы	1

19.	<i>Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 264 с.</i>	Кафедра теории и методики борьбы	2
<b>Ресурсы сети Интернет</b>			
20.	<i>Научно-методический журнал «Теория и практика физической культуры»</i>	<a href="http://www.lib.sportedu.ru/press/tpfk">www.lib.sportedu.ru/press/tpfk</a>	
<b>Информационно-справочные системы</b>			
21.	<i>Википедия (свободная энциклопедия)</i>	<a href="https://ru.wikipedia.org/wiki">https://ru.wikipedia.org/wiki</a>	
22.	<i>Чупрова Е.Д. Теория и методика физической культуры. [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс. - Электрон. дан. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012</i>	<a href="http://www.elib.kspu.ru">http://www.elib.kspu.ru</a>	

**Карта материально-технической базы дисциплины  
«Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом»  
для обучающихся образовательной программы  
по направлению подготовки: 44.04.01 – Педагогическое образование,  
Направленность (профиль) образовательной программы  
Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта,  
квалификация - магистр**

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

**по заочной формам обучения**

<b>Аудитория</b>	<b>Оборудование</b> (наглядные пособия, модели, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и др.)
<b>Лекционные аудитории</b>	
660049, Красноярский край, г. Красноярск, ул. Ады Лебедевой, д. 89, каб. 1-53	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проектор</li> <li>• демонстрационный экран</li> <li>• ноутбук</li> </ul>

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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**

**КАФЕДРА ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ БОРЬБЫ**



УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
Протокол № 3  
от 05.10.2016 г.

ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического  
совета направления подготовки  
Протокол № 1 от 08.12.2016 г.

**ФОНД  
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЗАНЯТИЙ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

**Направление подготовки: 44.04.01 – Педагогическое образование**

**Направленность (профиль) образовательной программы  
«Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта»**

**Квалификация: магистр**

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

## 1. Назначение фонда оценочных средств

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

1.2. ФОС по дисциплине «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом» решает задачи проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных документов:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **44.04.01** – Педагогическое образование;

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.04.01 – Педагогическое образование, программа: Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта;

- 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 с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины «Гендерные особенности занятий физической культурой и спортом».**

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

1. ОК-4 - способность формировать ресурсно-информационные базы для осуществления практической деятельности в различных сферах.

### 2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
				Номер	Форма
ОК-4 - способность формировать ресурсно-информационные базы для осуществления практической деятельности в различных сферах	Ориентировочный	Методология и методы научного исследования	текущий контроль	1	опрос
	Когнитивный	Информационная культура образовательной организации	текущий контроль	1	опрос
	Праксиологический	Педагогика спорта	текущий контроль	2,3,4	экзамен
	Рефлексивно-оценочный	Педагогика спорта	Промежуточная аттестация	4	экзамен

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают вопросы к экзамену.

3.2. Оценочные средства

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

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

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
ОК-4 - способность формировать ресурсно-информационные базы для осуществления практической деятельности в различных сферах	<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>Обосновывает</b> ценность знания и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Владеет</b> методикой проведения учебных занятий.	<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>Объясняет</b> значимость знаний и учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Имеет опыт</b> проведения учебных занятий.	<b>Воспроизводит</b> основные положения системы знаний о методах и средствах спортивной тренировки. <b>Готов к</b> подбору методов и средств спортивной тренировки, исходя из конкретной педагогической ситуации. <b>Воспроизводит</b> формальные аргументы значимости учета индивидуальных особенностей занимающихся при проектировании и реализации занятия. <b>Готов к</b> 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 физической культурой и спортом».

### Критерии оценивания опроса

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне и корректное обоснование научных понятий	<p><b>12 баллов</b> - проблема раскрыта на теоретическом уровне с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа;</p> <p><b>10 баллов</b> - проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов;</p> <p><b>8 балла</b> - проблема обозначена на бытовом уровне;</p> <p><b>0 баллов</b> - проблема не раскрыта.</p>
2. Отражение всех существующих взглядов на рассматриваемую проблему	<p><b>12 баллов</b> – в ответе отражены различные взгляды, подходы к обсуждаемой проблеме с анализом общего и специфичного, дает полный сравнительный анализ.</p> <p><b>10 баллов</b> – обучающийся излагает взгляды на проблему в рамках одного или двух подходов;</p> <p><b>8 балла</b> - сравнительный анализ поверхностный;</p> <p><b>0 баллов</b> – сравнительный анализ отсутствует.</p>
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	<p><b>22 баллов</b> – все пункты заполнены корректно с использованием научных понятий и терминов, установлена взаимосвязь между понятиями;</p> <p><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;</p> <p><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;</p> <p><b>0 баллов</b> – пункты заполнены менее, чем на 60%, взаимосвязь между понятиями не установлена.</p>
Максимальный балл	<b>22</b>
Минимальный балл	<b>15</b>

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств**

### **Учебники учебные пособия**

1. Блеер, А. Н. Терминология спорта: толковый словарь-справочник/ А. Н. Блеер, Ф. П. Суслов, Д. А. Тышлер. - М.: Академия, 2010. - 464 с.

2. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2007. – 464 с.

3. Физическая культура и спорт: учебное пособие для подготовки к междисциплинарному государственному экзамену по специальности 032101 «Физическая культура и спорт» / Сост: Чупрова Е.Д., Завьялов Д.А., Полева Н.В., Завьялов А.А., Мельчакова Г.Г.: Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск, 2011. – 308 с.

4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать монография/ Н. Г. Озолин. - М.: Астрель: АСТ, 2006. – 863с.

5. Барчуков, И. С. Физическая культура и спорт и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ И. С. Барчуков, А. А. Нестеров ; ред. Н. Н. Маликов. - 3-е изд., стер.. - М.: Академия, 2009. - 528 с.

6. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России/ Ред. В. Я. Кикоть, И. С. Барчуков. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2007. - 431 с.

7. Туманян, Г. С.. Стратегия подготовки чемпионов: (настольная книга тренера)/ Г. С. Туманян. - М.: Советский спорт, 2006. - 494 с.

8. Формирование спортивно-образовательного пространства в условиях модернизации российского общества (на примере подрастающего поколения Сибирского региона). – Красноярск: Краснояр. гос. пед.ун-т им. В.П. Астафьева, 2011. – 416 с

9. Матвеев, Л.П.. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: Учебник для высш. спец. физкультурных учеб. заведений/ Л.П. Матвеев. - 4-е изд., стереотип. - СПб.: Лань; М.: Омега-Л, 2004. - 160 с.

10. Васильков А.А. Теория и методика спорта: учебник. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 379 с.

11. 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.

12. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. – 272 с.

### **Методические рекомендации**

1. Завьялов А.И., Миндиашвили Д.Г. Биопедагогика или спортивная тренировка. – Красноярск: МП «Полис», 1992. – 64 с.

2. 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.

3. Чупрова Е.Д. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич. ун-т, 2011. – 76 с.

4. Селиверстова В.В., Мельников Д.С. Психофизиологическое тестирование спортсменов (учебно-методическое пособие): Национальный. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. – С-Пб, 2010. – 81 с.

### **Ресурсы сети Интернет**

<http://sakhgu.ru/science/graduate/syllabus/training.htm>

<http://alteraveritas.ru/upravlenie-trenirovochnym-processom>

<http://bmsi.ru/doc/ca95f4f8-b47c-49af-b442-cd6b03073db6>

<http://lib.sportedu.ru/books/xxpi/2001n1/p52-55.htm>

<http://www.portal-slovo.ru/pedagogy/37961.php>

### **Информационные справочные системы**

1. Чупрова Е.Д. Теория спорта. [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс. - Электрон. дан. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012
2. Чупрова Е.Д. Организация занятия по физической культуре в вузе: учебно-метод. пособие. – Красноярск: Сиб.гос.аэрокосмич.ун-т, 2011. – 76 с.
3. Мясникова Н.И. Теория спорта и спорта [Электронный ресурс]: учебно-методический комплекс. - Электрон. дан. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2012
4. Миндиашвили, Д. Г., Завьялов А. И. Формирование спортивно-образовательного пространства в условиях модернизации российского общества (на примере подрастающего поколения Сибирского региона): монография,. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2011. - 416 с.
5. Киршина Е.Д., Коноплева Е.Н. Теория спорта: Курс лекций для студентов всех спец. очной и заочной формы обучения. – Красноярск: Сиб. гос. аэрокосмич. ун-т, 2010 . – 180 с.

### **6. 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