

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. В.П. АСТАФЬЕВА

*Кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов
спорта*

Модуль «Дисциплины по выбору»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Педагогическое физкультурно-спортивное
совершенствование по базовым физкультурно-спортивным
видам**

Направление подготовки:

44.03.01 Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы

Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности

Квалификация (степень) выпускника

БАКАЛАВР

(заочная форма обучения)

Красноярск, 2018

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам» составлена старшим преподавателем Кравченко С.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 10 от «11» мая 2017 г.

Заведующий кафедрой



М.Г. Янова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направление подготовки) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №4 от «17» мая 2017г.

Председатель НМСС



М.И. Бордуков

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам» актуализирована старшим преподавателем Кравченко С.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Заведующий кафедрой



М.Г. Янова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направление подготовки) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель НМСС



М.И. Бордуков

Рабочая программа дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам» актуализирована старшим преподавателем Кравченко С.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

протокол № 9 от «25» апреля 2019 г.

Заведующий кафедрой



М.Г. Янова

Одобрено научно-методическим советом специальности (направление подготовки) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №5 от «15» мая 2019г.

Председатель НМСС



М.И. Бордуков

Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины является составной частью образовательной программы и представляет собой совокупность учебно-методической документации, которая разработана на основе рабочего учебного плана с учетом целей и задач основной образовательной программы.

Настоящая программа по дисциплине составлена с учетом следующих законодательных, инструктивных и программных документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий по физической культуре в высшей школе:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 12.04.2007 № 329-ФЗ;

- приказы Минобрнауки России «Об утверждении и введении в действие федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования по направлениям подготовки (специальностям)»;

- приказ Министерства образования Российской Федерации от 01.12.1999 г. № 1025 «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования»;

- инструкция по организации и содержанию работы кафедр физического воспитания высших учебных заведений. Утверждена приказом Государственного комитета Российской Федерации по высшему образованию от 26.07.94 № 777.

Данная дисциплина наряду с другими базовыми предметами учебного плана, обеспечивает профессиональную подготовку будущих специалистов физической культуры и спорта с достаточно широким диапазоном: общеобразовательные школы, средние специальные и высшие учебные заведения, детско-юношеские спортивные школы, училища олимпийского резерва, различные спортивные клубы.

Содержание дисциплины представляет интегрированный характер и направлено на актуализацию знаний, умений и навыков, приобретаемые студентами при изучении дисциплин профессионального цикла и в ходе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности по избранной спортивной специализации. Изучение дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является необходимой основой для формирования специальных компетенций бакалавра физической культуры.

Код дисциплины: Б1.В.ДВ.07.01. Дисциплина проводится с 3 по 7 семестры в объёме 396 часа. Трудоёмкость дисциплины составляет 11 зачётных единиц. Форма аттестации: зачет, экзамен.

Цели освоения дисциплины,

Совершенствование профессиональной и спортивной подготовки студентов на основе одного из базовых или новых физкультурно-спортивных видов

Контроль результатов освоения дисциплины

Текущий контроль успеваемости осуществляется путём оценки результатов выполнения заданий, практических, самостоятельных работ, посещения занятий.

Итоговый контроль по дисциплине осуществляется в форме экзамена, на котором оценивается работа, выполняемая в течение семестра.

Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонд оценочных средств».

Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:

- современное традиционное обучение (лекционно-семинарская система);
- интерактивные технологии (дискуссия);
- технология проектного обучения (кейс-метод);

- Проблемно-поисковый (организация коллективной мыслительной деятельности в работе малыми группами: активная работа по поиску средств решения учебно-тренировочных задач; активная работа по нахождению вариантов решения воспитательных проблем).

- анализ производственных ситуаций

- «погружение» в профессиональную деятельность

- Групповой метод активного обучения, решение ситуационных производственных задач

- Индивидуальный метод активного обучения (работа с тетрадью, подготовка документации, конспектирование материала, подготовка реферата).

«Планируемые результаты обучения»

В результате освоения ООП бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине:

Требования к результатам освоения курса

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

- дидактические закономерности в физическом воспитании и спорте;
- методику физкультурно-спортивных занятий с различными группами населения;
- анатомо-физиологические, гигиенические и психолого-педагогические основы физического воспитания и спорта;
- методы и организацию комплексного контроля в физическом воспитании и спортивной подготовке.

2. должен уметь:

- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- применять технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- оценивать эффективность физкультурно-спортивных занятий;
- планировать и проводить мероприятия по профилактике травматизма и оказывать первую медицинскую помощь;
- осуществлять консультационную деятельность по вопросам организации и проведения индивидуальных и коллективных физкультурно-спортивных занятий лиц различного возраста.

3. должен владеть:

- новыми по отношению к полученному в вузе образованию видами физкультурно-спортивной деятельности в процессе самообразования самосовершенствования;
- использовать навыки рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе различных видов занятий.

В результате подготовки студентов педагогического направления профиля по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» предполагается формирование общекультурных, общепрофессиональных и профессиональных компетенций.

Общекультурные компетенции:

- способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (**ОК-8**);

Общепрофессиональные компетенции:

- способность осуществлять профессиональное и личностное самообразование, проектировать дальнейший образовательный маршрут и профессиональную карьеру (**ОПК-2**);

Профессиональные компетенции:

- способен реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов в различных образовательных учреждениях (**ПК-1**);

- готовность использовать современные технологии диагностики и оценивания качества образовательного процесса (**ПК-2**);

- способность руководить исследовательской работой обучающихся (**ПК-4**);

- готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (**ОПК-6**);

1. Планируемые результаты освоения дисциплины

2.1. Общекультурные и общепрофессиональные компетенции¹

| Код компетенции | Формулировка компетенции | Индикаторы достижения |
|-----------------|--|---|
| ОК 8 | Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность | Знать: З.1.: основные методы физического воспитания и самовоспитания и требования к их применению; З.2.: основы медицинских знаний здорового образа жизни; З.3.: роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек; |
| ОПК 2 | Способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся | Уметь: У.1.: применять методы физического воспитания и самовоспитания в воспитательно-образовательном процессе, У.2.: выбирать наиболее эффективные методы и технологии для поддержания и укрепления здоровья; У.3.: реализовать методы и средства физической культуры для самосовершенствования и потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом; |
| ОПК 6 | Готовность к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся | У.4.: применять методы физического воспитания самовоспитания воспитательно-образовательном процессе; |

¹ При выделении в качестве результатов по модулю, указываются в соответствии с учебным планом ОПОП

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>У.5.: реализовать методы средства физической культуры для самосовершенствования потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;</p> <p>Владеть:</p> <p>В.1.: навыками и приемами организации воспитательной работы в области физического воспитания;</p> <p>В.2.: современными методами повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья;</p> <p>В.3.: навыками подготовки и проведения спортивно-массовых мероприятий для лиц с ограниченными возможностями по базовым видам адаптивного спорта;</p> |
|--|--|---|

2.2. Профессиональные и дополнительные профессиональные компетенции²

| Трудовое действие согласно профессиональному стандарту | Код компетенции | Формулировка компетенции | Индикаторы достижения |
|---|---------------------------------------|--|---|
| Трудовая функция | | | |
| <p>Определение на основе анализа учебной деятельности обучающегося оптимальных (в том или ином предметном образовательном контексте) способов его обучения и развития</p> <p>Трудовая функция В/03.6 Педагогическая деятельность по реализации программ основного и среднего общего образования</p> | <p>ПК – 1</p> <p>ПК-2</p> <p>ПК-4</p> | <p>готовность реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов;</p> <p>Готовность использовать современные технологии диагностики и оценивания качества образовательного процесса</p> <p>Способность руководить исследовательской работой</p> | <p>Знает</p> <p>З.1.: современные методики и технологии необходимые для организации и реализации учебного процесса;</p> <p>З.2.: формы и методы преподавания: групповые и индивидуальные, модульные и линейные; установочные, вводные, проблемные, обобщающие; приобретение новых знаний; аналитические, проектно – исследовательские;</p> |

² также

| | | | |
|--|--|-------------|---|
| | | обучающихся | <p>Умеет У.1.: проектировать и реализовать современные методики и технологии в рамках требований ФГОС ВО и ООП. У.2.: разрабатывать и реализовывать учебные программы базовых и элективных курсов по физической культуре в различных образовательных учреждениях;</p> <p>Владеет В.1.: многообразием современных методик и образовательных технологий; В.2.: навыками разработки и реализации образовательных программ по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с требованиями образовательных стандартов</p> |
|--|--|-------------|---|

5. Важнейшим условием эффективности освоения дисциплины является наличие так называемых «контрольных точек», т.е. практических заданий, сдача которых обуславливает допуск к получению промежуточной аттестации в виде зачета и экзамена.

Методы текущего контроля успеваемости:

- устный опрос
- Посещение практических занятий
- Практические тесты

- Промежуточный рейтинг-контроль
- Посещение лекций
- выполнение практических работ
- написание рефератов

Выполнение всех практических заданий студентами имеющими, отклонение в состоянии здоровья происходит на основе медицинского заключения врача с учетом индивидуальных физических, психических и других возможностей конкретного обучающегося. В случае невозможности выполнения практических заданий, для оценивания сформированности компетенции, обучающемуся предлагаются альтернативные задания, адаптированные под его индивидуальные возможности.

6. Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины выбирается из перечня или предлагаются иные. «Перечень образовательных технологий»

Интерактивные и активные формы проведения занятий:

Практические занятия:

1. Анализ конкретных соревновательно-игровых ситуаций, решение педагогических задач при обучении (учитель - ученик);
2. Разыгрывание ролей при проведении игры (педагог, водящий, участник) ;
3. Осуществление судейства в спортивных играх (судья, игрок, тренер);
4. Мозговая атака (эстафета, соревновательно-игровая деятельность).

Лекционные занятия:

1. Лекция с проблемным изложением - анализ техники упражнений, определение возможных ошибок и поиск алгоритма их исправления.
2. Мультимедиа лекции.

3.1.1. Технологическая карта обучения дисциплине

«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам»

Для обучающихся образовательной программы

«Педагогическое образование», бакалавр, 44.03.01, профиль «Физическая культура»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по заочной форме обучения

| | всего | Аудиторных часов | | | Самост. работа | |
|---|------------|------------------|-------------------|----------|----------------|--|
| | | лекци й | лаборат. работ | контроль | | |
| Раздел 1. Введение в предмет «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование». Теоретические аспекты организации тренировочного и соревновательного процесса в спорте. | 144 | | 9 | | 132 | Реферат. Структура спортивной тренировки в избранном виде спорта. Принципы спортивной тренировки. Составить классификацию видов спорта. Собеседование. Разработка зачетных нормативов. Реферат. Тесты по зачетным нормативам. |
| Раздел 2. Периодизация спортивной тренировки. Построение учебно-тренировочного процесса в теории физической культуры | 90 | | 9 | | 42 | План спортивной тренировки. Тестовые задания. Собеседование. Характеристика содержания спортивной тренировки по избранной специализации. Реферат. Подготовка и выступление с докладом. |
| Раздел 3. | 36 | | 9 | | 84 | Участие в судействе двусторонних игр. |

| | | | | | | |
|--|------------|--|-----------|-----------|------------|--|
| Средства и методы развития физических качеств в различных видах спорта. Соревнования как неотъемлемая часть физкультурно-спортивной деятельности. | | | | | | Составить календарный план по избранной специализации. Составление комплексов упражнений по избранной специализации. Собеседование. Жестикуляция судей. |
| Раздел 4 Тренировка и тренировочная деятельность в системе спортивной подготовки Физическая активность как социально-педагогический фактор организации тренировочного и соревновательного процесса. | 144 | | 9 | | 76 | Реферат. Составление комплексов. Собеседование. |
| Форма итогового контроля | | | | | | экзамен |
| Всего: | 396 | | 36 | 13 | 347 | |

Содержание основных разделов и тем дисциплины

Раздел 1. Дисциплина ПФСС в системе профессионального физкультурного образования. Цели, задачи, содержание, организация

Тема 1. Основные стороны (факторы) в системе подготовки спортсменов; их роль и соотношение как «подсистем» в системе спортивной подготовки. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсменов.

Основные стороны (факторы) в системе подготовки спортсменов; их роль и соотношение как «подсистем» в системе спортивной подготовки. Определение общей цели, достигаемой в процессе подготовки спортсменов. Основные задачи, реализуемые в аспекте отдельных разделов (сторон) спортивной подготовки: патриотического, нравственного, эстетического, интеллектуального воспитания и специальной психологической подготовки, общей и специальной физической, технической, тактической и интегральной подготовки.

Совокупность внутренировочных и внесоревновательных факторов, дополняющих спортивную тренировку и соревнования, усиливающих их эффект и оптимизирующих восстановительные процессы; условия включения данных факторов в систему подготовки спортсменов. Характеристика факторов внутренировочных воздействий.

Тема 2. Общие и специальные принципы подготовки спортсмена; закономерности, определяющие их.

Общие и специальные принципы подготовки спортсмена; закономерности, определяющие их. Значение общепедагогических (дидактических) принципов (общих принципов обучения и воспитания) и методических принципов физического воспитания как отправных положений деятельности тренера-преподавателя.

Специальные принципы и положения, отражающие специфические закономерности спортивной подготовки:

- направленность к высшим достижениям, углубленная специализация и индивидуализация как закономерные черты спортивной подготовки; принципиальные положения, отражающие эти черты;
- диалектическая взаимосвязь различных сторон спортивной подготовки; основные положения принципа единства общей и специальной подготовки спортсмена;
- непрерывность как закономерность тренировочного процесса и процесса подготовки спортсмена в целом; основные положения принципа непрерывности;
- принципиальные положения, выражающие тенденции воздействующих факторов в процессе спортивной подготовки: динамичность, повторяемость и вариативность, постепенность и «предельность», волнообразность, контрастность и др.; закономерности, лежащие в их основе, и их методическая интерпретация.
- цикличность как одна из фундаментальных закономерностей процесса спортивной подготовки; основные положения принципа цикличности.

Тема 3. Общие принципы построения комплексной целевой программы подготовки спортсменов

Практическая работа

Общие принципы построения комплексной целевой программы подготовки спортсменов (конечная и промежуточные цели; необходимые уровни развития отдельных двигательных способностей (модельные характеристики спортсменов); тренировочный план; календарь соревнований; система комплексного контроля; система восстановительных мероприятий; система

материально-технического и финансового обеспечения подготовки). Основные этапы построения комплексной целевой программы спортивной подготовки в избранном виде спорта.

Тема 4. Обобщенная оценка кумулятивных состояний, обусловленных тренировкой и подготовкой спортсменов.

Практическая работа

Обобщенная оценка кумулятивных состояний, обусловленных тренировкой и подготовкой спортсменов (тренированности и подготовленности).

Раздел 2. Основные разделы спортивной подготовки

Тема 5. Физическая подготовка

Специфическое содержание физической подготовки: ее роль, подразделы и соотношения с другими разделами спортивной подготовки. Взаимосвязи разделов (подразделов) физической подготовки спортсмена. Теоретико-методические основы использования эффекта «переноса» при совершенствовании различных двигательных способностей в процессе спортивной подготовки. Зависимость содержания и соотношения сторон физической подготовки от особенностей спортивной специализации, возрастных, половых особенностей и этапа спортивного совершенствования.

Тема 6. Совершенствование координационных способностей

Общая характеристика координационных способностей. Воспитание координационных способностей как одно из объединяющих направлений технической, тактической и других разделов подготовки спортсмена.

Классификация координационных способностей. Возрастные особенности развития координационных способностей. Основные направления, требования, методы и методические приемы совершенствования координационных способностей. Средства совершенствования координационных способностей. Пути совершенствования отдельных функциональных свойств и комплексных способностей, обуславливающих качество управления спортивными движениями.

Практические занятия

Оценка и методика совершенствования координационных способностей в избранном виде спорта. Средства и основные положения методики преодоления нерациональной мышечной напряженности («скованности»), повышения статической и динамической устойчивости тела (способности сохранять равновесие), совершенствования «чувства пространства», пространственной точности и ритма движений в процессе подготовки спортсмена.

Тема 7. Техническая подготовка

Общие и частные задачи, решаемые в процессе технической подготовки спортсмена, и критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-технической подготовке (систематизационная характеристика). Стадии и этапы технической подготовки спортсмена как многолетнего непрерывного процесса достижения технического мастерства и его углубленного совершенствования; их соотношение с общей структурой тренировочного процесса.

Основы методики спортивно-технической подготовки. Особенности методики формирования новых спортивно-технических умений и навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий при формировании ориентировочной основы нового соревновательного действия, при его практическом разучивании или существенной перестройке освоенных ранее навыков).

Практические занятия

Особенности методики стабилизации и совершенствования, сформированных спортивно-технических навыков (особенности задач, средств, методов и методических условий начальной стабилизации навыков, расширения диапазона их оправданной вариативности и увеличения их помехоустойчивости», «надежности»). Оценка и методика совершенствования техники в избранном виде спорта.

Тема 8. Тактическая подготовка

Содержание системы тактической подготовки. Общие и частные задачи, решаемые в процессе тактической подготовки спортсмена (спортивной команды), критерии их реализации. Средства и методы, преимущественно используемые в спортивно-тактической подготовки. Этапы спортивно-тактической подготовки, их соотношение с этапами спортивно-технической подготовки и периодикой тренировочного процесса.

Практические занятия

Основы методики спортивно-тактической подготовки. Пути и условия оптимизации предпосылок тактического совершенствования. «Тактические упражнения» как основной фактор практического формирования и совершенствования спортивно- тактических навыков и умений; их типы, разновидности и основные правила применения. Тактически ориентированная соревновательная практика как специфический фактор тактической подготовки спортсмена (команды). Методические условия органического соединения технической и тактической подготовки (условия направленного формирования технико-тактических действий). Специальные проблемы технико-тактической подготовки спортсменов высокого класса. Перспективы ее совершенствования.

Тема 9. Психологическая и интеллектуальная подготовка

Виды психологической подготовки. Конкретные мотивационные основы деятельности спортсмена; проблемы их направленного формирования и коррекции. Принципы формирования и регулирования межличностных и внутри коллективных отношений в условиях спортивной деятельности. Личностные качества тренера и стили его мышления. Теория спортивного конфликта.

Воспитание волевых и связанных с ними качеств «спортивного характера»; содержание и основы методики всесторонней волевой подготовки спортсмена.

Практические занятия

Проблемы специальной психической подготовки спортсмена (к экстремальным тренировочным нагрузкам и ответственным состязаниям); основы методики оперативного формирования установки к действию и управления психическими состояниями спортсмена в экстремальных ситуациях. Самоуправление и самоконтроль в процессе психологической подготовки спортсмена.

Тема 10. Совершенствование специализированных восприятий

Понятие о специализированных восприятиях. Основные функции специализированных восприятий. Взаимодействие различных анализаторов в специфических условиях конкретной спортивной деятельности.

Практические занятия

Методика оценки специализированных восприятий в различных видах спорта. Методика совершенствования специализированных восприятий.

РАЗДЕЛ 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований, классификация соревнований (на материале избранного вида спорта).

Тема 11. Соревнования и соревновательная деятельность – первостепенная и неотъемлемая черта спорта.

Соревнования и соревновательная деятельность – первостепенная и неотъемлемая черта спорта. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства.

Тема 12. Структура соревновательной деятельности.

Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК). Структура соревновательной деятельности. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. Соревнования и соревновательная подготовка.

Тема 13. Соревнования как форма подведения итогов деятельности спортивных организаций

Соревнования как форма подведения итогов деятельности спортивных организаций и повышения уровня спортивного мастерства спортсменов в процессе многолетней подготовки. Построение соревнований в спорте.

Раздел 4. Методика построения тренировочного процесса

Тема 14. Структура отдельных тренировочных занятий и малых циклов тренировки (микроциклов)

Сущность связей и отношений, определяющих структуру спортивной тренировки. Внешние и внутренние факторы и условия, влияющие на нее. Взаимообусловленность структуры и содержания тренировки. Взаимосвязь структуры тренировочного процесса и системы спортивных состязаний. Классификация структур, характеризующих различные звенья, этапы и стадии тренировочного процесса (микроструктура, мезоструктура, макроструктура).

Тренировочное занятие как относительно самостоятельное звено тренировочного процесса. Закономерности построения и особенности структуры отдельных занятий в спортивной тренировке; их этапы. Основные факторы и условия, влияющие на их структуру; зависимость содержания и форм построения тренировочных занятий от их задач, места в структуре микроциклов тренировки. Типы и организация тренировочных занятий (в зависимости от поставленных задач; по направленности; по величине нагрузки). Определяющие черты и закономерности построения микроциклов в спортивной тренировке. Основные факторы и обстоятельства, обуславливающие вариативность структуры микроциклов в процессе спортивной тренировки; типы микроциклов.

Практические занятия

Основы планирования занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Особенности структуры микроцикла в зависимости от периода подготовки и количества тренировочных занятий в течение дня.

Тема 15. Структура средних циклов тренировки (мезоциклов)

Мезоцикл как система микроциклов, составляющих относительно законченный этап (под этап) тренировочного процесса; определяющие черты мезоциклов и закономерности построения тренировки в рамках данных циклов. Типы мезоциклов, их характеристика; основные факторы, обуславливающие вариативность их структуры.

Практические занятия

Особенности построения мезоциклов в зависимости от этапов многолетней подготовки. Особенности сочетания микроциклов в мезоциклах различных типов. Проблемы изучения и перспективы оптимального построения тренировки в рамках мезоциклов.

Тема 16. Структура больших циклов тренировки (макроциклов) типа годовых и полугодовых

Основы периодизации круглогодичной тренировки. Закономерности развития спортивной формы как естественное начало периодизации спортивной тренировки. Сущность спортивной формы (как оптимального состояния готовности спортсмена к достижению), ее критерии и общие закономерности развития.

Особенности построения тренировки в различные периоды большого цикла тренировки. Определяющие черты подготовительного периода (периода фундаментальной подготовки) в большом тренировочном цикле; особенности решаемых задач и критерии их реализации, особенности состава средств, методов и соотношения разделов подготовки спортсмена, особенности динамики нагрузок и поэтапного построения тренировки, характерные для этого периода. Его временные границы. Система мезоциклов, типичная для подготовительного периода; ее оправданные вариации, зависящие от условий построения тренировки.

Определяющие черты соревновательного периода (периода основных состязаний) в большом тренировочном цикле, характерные для этого периода особенности тренировочного процесса.

Закономерности непосредственной подготовки к основным (особо ответственным) состязаниям; ее особенности, зависящие от специфики условий состязаний (соревновательного режима, порядка розыгрыша первенства, географических условий и т.д.). Условия сохранения спортивной формы в соревновательном периоде большой продолжительности; «промежуточные» мезоциклы как необходимый компонент его структуры.

Практические занятия

Варьирование структуры годовых и полугодовых циклов тренировки, обусловленное их местом в системе многолетней подготовки спортсмена, особенностями спортивной специализации, системой спортивных состязаний и другими обстоятельствами. Характеристика наиболее распространенных вариантов периодизации тренировки (типового годового и полугодового циклов, циклов с удлиненным подготовительным или соревновательным периодом, «двоенного» цикла и др.).

Тема 18. Структура многолетней подготовки

Общая характеристика основных стадий многолетнего процесса спортивной подготовки. Их примерные возрастные и временные границы. Социальные и биологические факторы, обуславливающие особенности спортивной подготовки различных стадиях многолетнего процесса спортивного совершенствования. Этап начальной подготовки. Предварительная спортивная подготовка как фундаментальная предпосылка будущих спортивных достижений. Проблема

своевременного (в возрастном аспекте) начала занятий. Особенности предварительной спортивной подготовки. Проблемы спортивной ориентации и отбора для специализированной спортивной подготовки (общетеоретические и педагогические аспекты). Основные задачи спортивной подготовки на этапе. Этап предварительной базовой подготовки. Основная направленность и характер процесса спортивной подготовки. Особенности структуры годичной подготовки.

Практические занятия

Этап специализированной базовой подготовки. Определяющие черты, данные об оптимальных сроках начала специализации в различных видах спорта и объективные признаки завершения этапа предварительной базовой подготовки. Особенности содержания и построения тренировки, обусловленные возрастными и другими факторами; проблемы нормирования тренировочных и соревновательных нагрузок. Особенности общего режима специализированной базовой подготовки. Этап реализации индивидуальных возможностей; временные границы, факторы и обстоятельства, обуславливающие их вариативность. Данные о возрастных периодах, наиболее благоприятных для достижения высоких результатов в различных видах спорта. Особенности содержания и построения подготовки спортсменов высокого класса. Этап сохранения достижений (стадия спортивного долголетия). Закономерности возрастной инволюции и другие факторы, вносящие ограничения в спортивную деятельность по мере увеличения возраста и тренировочного стажа спортсмена; основные тенденции изменения спортивной деятельности, обусловленные этими факторами.

Методические рекомендации по освоению дисциплины

Самостоятельная работа студентов является важной составляющей организации учебного процесса по изучению дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам»

Самостоятельная работа по дисциплине проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;

- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся;
- формирования самостоятельности;
- развития исследовательских умений.

В учебном процессе высшего учебного заведения выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа является обязательной для каждого студента, а ее объем определяется учебным планом.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине включает такие формы работы, как:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции);

- изучение рекомендуемых литературных источников;
- конспектирование источников;
- подготовка материалов для анализа ситуаций;
- разработка вопросов к дискуссии;
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Интернета;
- составление плана и тезисов ответа на семинарском занятии;
- составление схем, таблиц для систематизации учебного материала;
- решение кейсов и ситуационных задач;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, докладов;
- подготовка к зачету.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения учебного материала,
- умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач,
- полнота общеучебных представлений, знаний и умений по изучаемой теме, к которой относится данная самостоятельная работа,
- обоснованность и четкость изложения ответа на поставленный по внеаудиторной самостоятельной работе вопрос,
- оформление отчетного материала в соответствии с известными или заданными преподавателем требованиями, предъявляемыми к подобного рода материалам.

Студентам рекомендуется обязательное использование при подготовке дополнительной литературы, которая поможет успешнее и быстрее разобраться в поставленных вопросах и задачах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

| | | |
|---|---|----------------------------|
| Наименование дисциплины | Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат, магистратура, аспирантура) Наименование программы/ профиля | Количество зачетных единиц |
| Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам | Бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование Название программы: Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности (заочная форма обучения) | 11 |
| Смежные дисциплины по учебному плану | | |
| Предшествующие: «Теория и методика обучения базовым видам спорта» | | |
| Последующие: «Теория и методика обучения базовым видам спорта» | | |

| Входной КОНТРОЛЬ (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам) | | | |
|---|--|--------------------------|----------|
| | | Количество баллов 5 % | |
| Форма работы* | | min | max |
| Тестирование | | 0 | 5 |
| Итого | | 0 | 5 |

| БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 1 <i>Дисциплина ПФСС в системе профессионального физкультурного образования. Цели, задачи, содержание, организация</i> | | | |
|--|------------------------|---------------------------|-----------|
| | | Количество баллов 30 % | |
| Форма работы* | | min | max |
| Текущая работа | План конспект | 2 | 4 |
| | Доклад | 3 | 4 |
| | Индивидуальные задания | 3 | 4 |
| | Ситуационные задачи | 3 | 4 |
| Промежуточный рейтинг-контроль | Тестирование | 2 | 4 |
| Итого | | 13 | 20 |

| БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 2 <i>Основные разделы спортивной подготовки</i> | | | |
|---|--------------------------------|---------------------------|-----|
| | | Количество баллов 20 % | |
| Форма работы* | | min | max |
| Текущая работа | Устный опрос | 2 | 4 |
| | Работа на практическом занятии | 2 | 4 |

| | | | |
|--------------------------------|---------------------------------|-----------|-----------|
| | Индивидуальные задания | 3 | 4 |
| | Практикоориентированные задания | 3 | 4 |
| Промежуточный рейтинг-контроль | Тестирование | 3 | 4 |
| Итого | | 13 | 20 |

| БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 3 | | | |
|---|--------------------------------|------------------------|-----------|
| <i>Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований, классификация соревнований (на материале избранного вида спорта).</i> | | | |
| | Форма работы* | Количество баллов 20 % | |
| | | min | max |
| Текущая работа | Работа на практическом занятии | 3 | 5 |
| | Сообщение | 3 | 5 |
| | Устный опрос | 3 | 5 |
| Промежуточный рейтинг-контроль | Тестирование | 3 | 5 |
| Итого | | 12 | 20 |

| БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ № 4 | | | |
|--|---------------|------------------------|-----------|
| <i>Методика построения тренировочного процесса</i> | | | |
| | Форма работы* | Количество баллов 20 % | |
| | | min | max |
| Текущая работа | План-конспект | 3 | 5 |
| | Сообщение | 3 | 5 |
| | Устный опрос | 3 | 5 |
| Промежуточный рейтинг-контроль | Тестирование | 3 | 5 |
| Итого | | 12 | 20 |

| ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ | | | |
|-----------------|---------------|------------------------|-----------|
| Содержание | Форма работы* | Количество баллов 25 % | |
| | | min | max |
| | Экзамен | 5 | 15 |
| Итого | | 5 | 15 |

| ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | | | |
|-------------------------|------------------------|-------------------|-----|
| Базовый раздел/ Тема | Форма работы* | Количество баллов | |
| | | min | max |
| БР №1 Тема №2 | Индивидуальное задание | 3 | 5 |
| БР №2 Тема №4 | Индивидуальное задание | 3 | 5 |

| | | | |
|--|------------------------|-----------|------------|
| БР №3 Тема №3 | Индивидуальное задание | 3 | 5 |
| БР №4 Тема №1 | Индивидуальное задание | 3 | 5 |
| Итого | | 12 | 20 |
| Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля) | | min | max |
| | | 55 | 100 |

*Перечень форм работы текущей аттестации определяется кафедрой или ведущим преподавателем

Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

| <i>Общее количество набранных баллов*</i> | <i>Академическая оценка</i> |
|---|------------------------------|
| 55 – 75 | 3 (удовлетворительно) |
| 76 – 86 | 4 (хорошо) |
| 87 – 100 | 5 (отлично) |

*При количестве рейтинговых баллов более 100, необходимо рассчитывать рейтинг учебных достижений обучающегося для определения оценки кратно 100 баллов.

Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
3. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом № 297 (п) «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой аттестации)».

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта протокол №9 от «26» апреля 2018 г.

Внесенные изменения утверждаю

Зав. кафедрой



Янова М.Г.

Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №4 от «10» мая 2018г.

Председатель НМСС (Н)



Бордуков М.И.

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта «25» апреля 2019 г. протокол № 9

Внесенные изменения утверждаю

Заведующая кафедрой



М.Г. Янова

Одобрено НМСС (Н) института физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Протокол №5 от «15» мая 2019г.

Председатель НМСС



М.И. Бордуков

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. Астафьева»

Кафедра-разработчик

Кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта

УТВЕРЖДЕНО
на заседании кафедры
Протокол № 9
от « 26» апреля 2018 г.

Заведующая кафедрой М.Г. Янова

ОДОБРЕНО
на заседании научно-методического совета
специальности (направление подготовки)
института физической культуры, спорта и
здоровья им. И.С. Ярыгина
Протокол №4 от «10» мая 2018г.
Председатель:

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся
по дисциплине

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым
физкультурно-спортивным видам
Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы
Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности

Квалификация (степень) выпускника:
БАКАЛАВР
(заочная форма обучения)

Составитель: старший преподаватель Кравченко С.В.

1. Назначение фонда оценочных средств

1.1. Целью создания ФОС дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС по дисциплине решает **задачи**:

- Формирование знаний, умений и навыков по реализации образовательных программ по педагогическому физкультурному спортивному совершенствованию в соответствии с требованиями образовательных стандартов;
- Формирование готовности к использованию возможности образовательной среды для обеспечения качества преподаваемого учебного предмета;
- Формирование готовности к проведению спортивной тренировки и соревнований по педагогическому физкультурному спортивному совершенствованию;
- Сформировать готовность к взаимодействию с учениками, родителями, коллегами, социальными партнерами при решении социальных и профессиональных задач в сфере физической культуры и спорта.

1.3. ФОС разработан на основании **нормативных документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата);
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (уровень бакалавриата);
- профессиональным стандартом «Педагог» утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. N 544н;
- 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

2.1. **Перечень компетенций**, формируемых в процессе изучения дисциплины

ОК 8 Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность

ПК - 1 готовность реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

| Компетенция | Этап формирования компетенции | Дисциплины, участвующие в формировании компетенции | Тип контроля | Оценочное средство/ КИМы |
|-------------|-------------------------------|--|-------------------------------|--------------------------|
| ОК-8 | Ориентировочный | «ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам» | Текущий контроль успеваемости | опрос |
| | Когнитивный | Педагогика высшей школы, в части «познакомить» | Текущий контроль успеваемости | Индивидуальное задание |
| | Праксиологический | Педагогическая практика | Промежуточн | тест |

| | | | | |
|--|-----------------------|---|-------------------------------|------------------------|
| | | | ая аттестация | |
| | Рефлексивно-оценочный | «ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам» | Промежуточная аттестация | Доклад |
| ПК-1 ПК-2 ПК-4 ОПК-2 ОПК-6 | Ориентировочный | «ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам» | Текущий контроль успеваемости | опрос |
| | Когнитивный | Педагогика высшей школы, в части «познакомить» | Текущий контроль успеваемости | Индивидуальное задание |
| | Праксиологический | Педагогическая практика | Промежуточная аттестация | тест |
| | Рефлексивно-оценочный | «ПФСС по базовым физкультурно-спортивным видам» | Промежуточная аттестация | Доклад |

3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к экзамену.

3.2. Оценочные средства.

3.3. Оценочное средство вопросы к экзамену.

Критерии оценивания по оценочному средству 1 – вопросы к экзамену

| Формируемые компетенции | Высокий уровень сформированности компетенций | Продвинутый уровень сформированности компетенций | Базовый уровень сформированности компетенций |
|---|---|---|--|
| | (87 - 100 баллов) отлично/зачтено | (73 - 86 баллов) хорошо/зачтено | (60 - 72 баллов)* удовлетворительно/зачтено |
| ОК-8 Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность | Обучающийся на высоком уровне готов поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность | Обучающийся на среднем уровне готов поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность | Обучающийся на удовлетворительном уровне готов поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность |
| ПК-1 Готовность реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов | Обучающийся на высоком уровне готов реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов | Обучающийся на среднем уровне готов реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов | Обучающийся на удовлетворительном уровне готов реализовывать образовательные программы по предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов |

4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

Фонды оценочных средств включают: доклад, индивидуальное задание, опрос.

Критерии оценивания заданий в рабочей тетради см. в технологической карте рейтинга в рабочей программе дисциплины

Реферат, доклад, аналитический конспект - критерии оценки (10 баллов)

Поиск и анализ информации:

- Отбор актуальных и валидных источников по теме в печатных и Интернет изданиях - 1 балл

Изложение основной темы, идеи, концепции в выбранных источниках по теме -1 балл

Сравнение различных профессиональных точек зрения, представленные в различных источниках по теме -1 балл

Адекватность структуры и содержания текста доклада:

- План и структура в соответствии с задачей реферирования - 1 балл

- Отношение и профессиональное мнение к теме, идеям, концепциям в рассматриваемых источниках - 1 балл

- Промежуточные и итоговые выводы и заключения-1 балл

Профессиональное изложения текста:

- Владение современной профессиональной письменной лексикой - 1 балл

- Грамотное письменное формулирование своих и чужих идей по теме - 1 балл

- Корректное цитирование источников в тексте и в сносках -1 балл

- Составление библиографических списков источников по теме в соответствии с ГОСТ- 1 балл.

| Критерии оценки | Количество баллов |
|-------------------------------------|-------------------|
| Степень раскрытия сущности проблемы | 6 баллов |
| Соблюдение требований к оформлению | 3 балла |
| Грамотность | 1 балл |
| Максимальный балл | 10 баллов |

5. Вопросы для индивидуальных заданий:

1. По теоретическому курсу – знания в объеме программы.

2. Знать состав технико-тактических действий спортсмена в избранном виде спорта.

3. Уметь выполнить изученные упражнения по основным разделам (техническая, тактическая, физическая подготовка).

4. Знать правила соревнований.

5. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий тот, который был при поступлении в вуз.

6. Уметь осуществлять практическое судейство. Знать и уметь подготовить документацию.

7. Знать правила соревнований и методику судейства.

8. Уметь практически осуществлять выполнение функций членов судейской бригады.

9. Участвовать в соревнованиях, показать результат, превышающий результат прошлого года.

10. Знать основные методы исследований в виде спорта.

. Критерии оценивания по оценочному средству – индивидуальное задание

| Критерии оценивания | Количество баллов (вклад в рейтинг) |
|---|--|
| Обоснованность целей и задач вопроса | 2 |
| Полнота и глубина представленного предметного содержания, раскрывающего проблему и тему | 4 |
| Соответствие первоисточников исследуемой проблеме и теме | 2 |
| Оформление ответа | 2 |
| Максимальный балл | 10 |

6. Оценочные средства для промежуточной аттестации

6.1. Типовые вопросы к экзамену по дисциплине

Перечень вопросов к экзамену.

1. Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта.
2. Требования к профессиональной деятельности современного педагога и тренера.
3. Понятие профессионализма в сфере физического воспитания и спорта.
4. Методы работы со спортсменами.
5. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств.
6. Овладение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение спортивных достижений.
7. Роль спорта в обществе, жизни отдельного человека. Типы и виды спорта.
8. Функции спорта в обществе.
9. Роль спорта в решении проблемы «оздоровления нации».
10. Организация спорта на международном, региональном и Национальном уровнях.
11. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.
12. Соревнования и соревновательная деятельность.
13. Классификация соревнований по признакам цели, составу и характеру соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства.
14. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК).
15. Структура соревновательной деятельности.
16. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности.
17. Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов.
18. Основные закономерности и принципы тренировки, дидактические основы тренировочного процесса.
19. Связь тренировки с соревновательной деятельностью.
20. Содержание и основные положения современной методики подготовки спортсменов.
21. Циклический характер структуры тренировочного процесса.
22. Интегральная подготовка: задачи, средства, методы.
23. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.
24. Соотношение общей физической и специальной подготовки в многолетнем тренировочном процессе.
25. Тренировочные нагрузки.
26. Направленность тренировочного воздействия.
27. Интенсивность нагрузки.
28. Объем тренировочной нагрузки.
29. Характер отдыха и его продолжительность в тренировочном процессе.
30. Планирование тренировочных нагрузок.
31. Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации, количество соревнований, стартов в годичном цикле.
32. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки.
33. Роль научно-методической деятельности в улучшении процесса подготовки спортсменов.
34. Результаты научных исследований в практической работе со спортсменами.
35. Основные направления научных исследований в области спорта, подготовки спортсменов.
36. Характеристика публикаций по вопросам технической, тактической, физической подготовки спортсменов.
37. Актуальных проблемы спортивной тренировки (на примере избранного вида спорта).

38. Методы исследования в спорте (наблюдения в процессе соревновательной и тренировочной деятельности, тестирование по видам подготовленности спортсменов, педагогический эксперимент).

39. Методы обработки фактического материала, полученного в процессе исследования.

40. Проблема, тема, цель и задачи, методы исследования в научно-методических работах по ПФСС.

41. Значение и главная цель физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в общеобразовательной школе.

42. Структура и функции клубов физической культуры в общеобразовательной школе.

Оценивание студента на экзамене по дисциплине

Оценка экзамена

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко и прочно усвоил программный материал, исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другим и видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материал различной литературы, правильно обосновывает принятое нестандартное решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач по формированию общепрофессиональных компетенций

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос, правильно применяет теоретические положения при решении практических вопросов и задач, владеет необходимыми навыками и приемами их выполнения, а также имеет достаточно полное представление о значимости знаний по дисциплине.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает сложности при выполнении практических работ и затрудняется связать теорию вопроса с практикой.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, который не знает значительной части программного материала, неуверенно отвечает, допускает серьезные ошибки, не имеет представлений по методике выполнения практической работы. Как правило, оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительных занятий по данной дисциплине.

КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование по базовым физкультурно-спортивным видам»

Для обучающихся образовательной программы

«Педагогическое образование», бакалавр, 44.03.01, профиль «Физическая культура с основами безопасности жизнедеятельности»

(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)

по заочной форме обучения

| № п/п | НАИМЕНОВАНИЕ | Наличие, место (кол. экз.) | Потребность |
|-------|--|----------------------------|-------------|
| | Обязательная литература | | |
| 1. | Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под. общ. ред. Н.Н. Маликова. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 528 с. | ОГЛ(1) | |
| 2. | Бейлин В.Р., Зеленко А.Ф., Кожевников В.И. Обучение акробатическим упражнениям: Учеб. пособие / Под ред. В.Р. Бейлина. Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2011. – 120 с. | ОГЛ(1) | |
| 3. | Бондарчук А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. – М.: Олимпия Пресс, 2012. – 272 с. | ОГЛ(1) | |
| 4. | Васильков А.А. теория и методика спорта: учебник / А.А. Васильков. – Ростов н /Д: Феникс, 2011. – 379 с. | ОГЛ(1) | |
| 5. | Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. 1 этап (8-10 лет). – М.: Олимпия, Человек, 2013. – 112 с. | ОГЛ(1) | |
| | Дополнительная литература | | |
| | Физическая культура студента и жизнь : учебник для студентов высших учебных заведений, изучающих дисциплину "Физическая культура", кроме направления и специальностей в области физической культуры и спорта / В. И. Ильинич. - Москва : Гардарики, 2008. - 366 с. | ОГЛ(1) | |
| 1. | Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности "Физическая культура" / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2008. - 478 | ОГЛ(1) | |

| | | | |
|--------------------------|---|---|--|
| 2. | Волков В.Н. Теоретические основы и прикладные аспекты управления состоянием тренированности в спорте: Монография: - ЧГПУ: Издательство «Факел», Челябинск, 2004. – 252 с. | ОГЛ(1) | |
| 3. | Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. Популярное учебное пособие. – М.: Терра – Спорт, 2002. 512 с. | ОГЛ (1) | |
| 4. | Гимнастика: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.Л. Журавин, О.В. Загрядская, Н.В. Казакевич и др.: Под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 448 с. | ОГЛ(1) | |
| 5. | Жилкин А.И. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И. Жилкин, В.С. Кузьмин, Е.В. Сидоркин. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 464 с. | ОГЛ (1) | |
| 6. | Кожевников В.И., Зеленко А.Ф., Соловьев А.Б. Базовые акробатические упражнения: Учеб. пособие / Под ред. В.И. Кожевникова. - Челябинск: Издательский центр «Уральская академия», 2006. – 244 с. | ПЕР(1) | |
| 7. | Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – СПб.: Издательство «Лань», 2005. – 384 с. | ОГЛ(1) | |
| 8. | Назаренко Л.Д. Средства и методы развития двигательных координаций. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2003. – 259 с. | ОГЛ(1) | |
| 9. | Нестеровский Д.И. Баскетбол: теория и методика обучения: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с. | ОГЛ(1) | |
| 10. | Никитушкин В.Г., Губа В.П., Гапеев В.И. Легкая атлетика: Учебно-методическое пособие для общеобразовательных школ.– М., 2005. – 224 с. | ПЕР(1) | |
| Интернет-ресурсы: | | | |
| 6. | Муллер, А. Б. Физическая культура студента [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богаченко, А. Ю. Близнаевский. - Красноярск: Сибирский федеральный университет, 2011. - 172 с. | http://znanium.com/bookread.php?book=443255 | |
| 7. | Общая педагогика физической культуры и спорта: Учебное пособие / Э.Б. Кайнова. - М.: ИД ФОРУМ: НИЦ Инфра-М, 2012. - 208 с. | http://znanium.com/bookread.php?book=357794 | |
| 8. | Министерство образования и науки РФ | http://old.mon.gov.ru/ | |
| 9. | Министерство спорта Российской Федерации | http://minstm.gov.r | |

| | | | |
|-----|---|---|--|
| | | u/ | |
| 10. | Научная электронная библиотека | http://elibrary.ru | |
| 11. | Нормативы ГТО | http://gto-normativy.ru/stupeni-gto/ | |
| 12. | Портал о зимних видах спорта | http://ws-news.ru | |
| 13. | Сайт для учителей, тренеров и спортсменов | http://fizsport.ru | |

КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование»
Для обучающихся образовательной программы
«Педагогическое образование», бакалавр, 44.03.01, профиль «Физическая культура с
основами безопасности жизнедеятельности»
(направление и уровень подготовки, шифр, профиль)
по заочной форме обучения

| Аудитории | Оборудование (наглядные пособия, макеты, лабораторное оборудование, компьютеры, интерактивные доски, проекторы, информационные технологии, программное обеспечение и пр.) |
|---|--|
| Лекционные аудитории | |
| Аудитория 1-49, главный корпус | Проектор – 1 шт., экран 1 шт., компьютер-1шт., маркерная доска- 1 шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL) |
| Аудитория 1-50 главный корпус | Проектор -1 шт., экран- 1 шт., компьютер-1шт., маркерная доска- 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL) |
| Аудитория 1-51 главный корпус | Экран-1шт, проектор-1шт, учебная доска-1шт. |
| Аудитория 1-52 главный корпус | Маркерная доска- 1шт., компьютер-1шт., проектор-1 шт., экран- 1шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL) |
| Аудитория 1-53 главный корпус | Проектор-1шт., маркерная доска-1шт., компьютер-10 шт., интерактивная доска-1шт., массажная кушетка-1шт., стол для инвалида-колясочника 1000*600 пер.-1 шт. Linux Mint – (Свободная лицензия GPL) |
| Аудитории для практических (семинарских) /лабораторных занятий | |
| 1-46 Спортивный зал, главный корпус | Стойки волейбольные, баскетбольные щиты, макет футбольных ворот, электронное табло-1шт., лыжи беговые - 35 пар, лыжные палки - 35 пар, лыжные ботинки – 35пар, лыжные крепления - 35 пар. |