

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
Основы ВФСК ГТО
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Л1 Теоретических основ физического воспитания**
Квалификация **Бакалавр**
49.03.01 Физическая культура. Спортивная тренировка (о, 2023).plx
Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура
Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:
аудиторные занятия 36
самостоятельная работа 35,85
контактная работа во время
промежуточной аттестации (ИКР) 0,15
Виды контроля в семестрах:
зачеты с оценкой 8

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
	9 4/6			
Неделя	уп	рп	уп	рп
Лекции	18	18	18	18
Практические	18	18	18	18
Контактная работа (промежуточная аттестация) зачеты	0,15	0,15	0,15	0,15
Итого ауд.	36	36	36	36
Контактная работа	36,15	36,15	36,15	36,15
Сам. работа	35,85	35,85	35,85	35,85
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

кпн, Доцент, Рябинин Сергей Петрович

Рабочая программа дисциплины

Основы ВФСК ГТО

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура (приказ Минобрнауки России от 19.09.2017 г. № 940)

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 49.03.01 Физическая культура

Направленность (профиль) образовательной программы

Спортивная тренировка

Выпускающие кафедры:

Теоретических основ физического воспитания;

Методики преподавания спортивных дисциплин и национальных видов спорта;

Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности;

Педагогики

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

Л1 Теоретических основ физического воспитания

Протокол от 26.05.2023 г. № 9

Зав. кафедрой Сидоров Леонид Константинович

Председатель НМСС(С) Казакевич Н.Н.

18.05.2023 г. № 9

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Формирование готовности учителей физической культуры к реализации, организации и подготовки населения РФ к сдаче норм ГТО

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.ВДП.02

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

2.1.1	Адаптивная физическая культура
2.1.2	Спортивная медицина
2.1.3	Тренерская практика
2.1.4	Методика преподавания подвижных и спортивных игр
2.1.5	Методика преподавания легкой атлетики
2.1.6	Регламентация физической нагрузки при занятиях физической культурой и спортом
2.1.7	Общая теория спорта и ее прикладные аспекты
2.1.8	Педагогическая практика
2.1.9	Физиология физического воспитания
2.1.10	Физическая культура и спорт (элективные дисциплины: Элективная дисциплина по общей физической подготовке / Элективная дисциплина по подвижным и спортивным играм / Элективная дисциплина по физической культуре для обучающихся с ОВЗ и инвалидов
2.1.11	Теория и методика физического воспитания
2.1.12	Физиология человека
2.1.13	Нормативно-правовые основы профессиональной деятельности. Антикоррупционное поведение
2.1.14	История физической культуры и спорта
2.1.15	Патриотическое воспитание молодежи
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Тренерская практика
2.2.2	Адаптивная физическая культура

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-2.1: Формулирует задачи в соответствии с целью проекта

Знать:

Уровень 1	Знает задачи в соответствии с целью проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Знает задачи в соответствии с целью проекта на базовом уровне
Уровень 3	Знает задачи в соответствии с целью проекта на пороговом уровне

Уметь:

Уровень 1	Умеет формулировать задачи в соответствии с целью проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Умеет формулировать задачи в соответствии с целью проекта на базовом уровне
Уровень 3	Умеет формулировать задачи в соответствии с целью проекта на пороговом уровне

Владеть:

Уровень 1	Владеет постановкой задачи в соответствии с целью проекта на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет постановкой задачи в соответствии с целью проекта на базовом уровне
Уровень 3	Владеет постановкой задачи в соответствии с целью проекта на пороговом уровне

УК-5: Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-5.1: Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально-историческом, этическом и философском контекстах

Знать:

Уровень 1	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально-историческом, этическом и философском контекстах на продвинутом уровне
-----------	---

Уровень 2	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на базовом уровне
Уровень 3	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на пороговом уровне
Уметь:	
Уровень 1	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на продвинутом уровне
Уровень 2	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на базовом уровне
Уровень 3	Соблюдает требования уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на пороговом уровне
Владеть:	
Уровень 1	Владеет требованиями уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на продвинутом уровне
Уровень 2	Владеет требованиями уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на базовом уровне
Уровень 3	Владеет требованиями уважительного отношения к историческому наследию и культурным традициям различных национальных и социальных групп в процессе межкультурного взаимодействия на основе знаний основных этапов развития России в социально историческом, этическом и философском контекстах на пороговом уровне

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Пр. полгот.	Примечание
	Раздел 1. Введение в дисциплину ВФСК "ГТО"							
1.1	Цель, задачи, принципы комплекса ГТО. Структура ступеней ГТО.	8	2	УК-2.1 УК-5.1				Устный опрос
1.2	Исторические предпосылки создания ВСК "ГТО" /Лек/	8	2	УК-2.1 УК-5.1				Устный опрос
1.3	История ВСК "ГТО" /Ср/	8	4	УК-5.1				Устный опрос
1.4	Нормативно-правовые документы создания ВФСК "ГТО" /Лек/	8	2	УК-2.1 УК-5.1				Реферат
1.5	Структура первых комплексов ВСК "ГТО" /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.6	Нормативно-правовая база, регулирующая общественные отношения в комплексе ГТО. /Лек/	8	2	УК-5.1				Реферат
1.7	Основные функции автоматизированной информационной системы ГТО.	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.8	Документы и локальные акты регламентирующие работу Центра тестирования. /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.9	Требования предъявляются к лицам с ОВЗ, сдающим испытания (нормативы) комплекса ГТО /Лек/	8	2	УК-5.1				Контрольная работа

1.10	Цели и задачи комплекса ГТО на современном этапе развития России /Лек/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.11	Требованиям к местам для выполнения нормативов Комплекса ГТО /Лек/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.12	Наградная символика ВФСК "ГТО": «Золотой», «Серебряный», «Бронзовый», «Отличник ГТО», «Почетный знак ГТО», «За успехи в работе по комплексу ГТО»? /Лек/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.13	Порядок организации медицинского сопровождения выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» /Лек/	8	2	УК-5.1				Реферат
1.14	Основные этапы работы по внесению протоколов в автоматизированную информационную систему ГТО /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.15	Порядок организации судейства массовых мероприятий, работа судьи по виду спорта. Функциональные обязанности спортивных судей Главной судейской комиссии и судейских бригад /Пр/	8	2	УК-5.1				Реферат
1.16	Алгоритм формирования протокола по видам испытаний. Каким образом регистрируются и сохраняются данные о выполнении испытаний /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.17	Цель Программы «Послы ГТО». Функциональные обязанности и права послов ГТО /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.18	Сроки реализации этапа повсеместного внедрения Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди всех категорий населения. /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.19	Официальные сайты федерального и регионального уровня, обеспечивающие информационно-методическое сопровождение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» /Пр/	8	2	УК-5.1				Устный опрос
1.20	Процедура тестирования скоростных и скоростно-силовых возможностей в рамках ВФСК ГТО. /Ср/	8	6	УК-5.1				Устный опрос
1.21	Процедура тестирования гибкости и координационных способностей. Кто в России может выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО /Ср/	8	4	УК-5.1				Устный опрос
1.22	Детский комплекс БГТО, какие выполнялись испытания /Ср/	8	4	УК-5.1				Реферат
1.23	Влияние выполнения испытаний комплекса ГТО на поступление выпускников школ в ВУЗы страны. Кем может осуществляться работа в автоматизированной информационной системе ГТО /Ср/	8	4	УК-5.1				Реферат
1.24	Организационные и методические аспекты подготовки студентов ВУЗа к обязательным видам испытаний /Ср/	8	6	УК-5.1				Контрольная работа

1.25	История возникновения и развития комплекса ГТО в СССР и России /Ср/	8	7,85	УК-5.1				Устный опрос
1.26	Зачёт с оценкой /КРЗ/	8	0,15	УК-5.1				Билеты, тестирование

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)
для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации**

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Обеспечение условий по подготовке граждан к выполнению нормативов и требований комплекса ГТО.
- 2.. План мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
- 3.. Уровень знаний и умений в сфере физической культуры и спорта, необходимых для реализации комплекса ГТО.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)

1. В каком году был введен 5-ступенчатый комплекс ГТО (перечислить ступени, как они назывались, возрастные границы).
2. В каком году был введен детский комплекс БГТО, и какие выполнялись испытания?
3. В каком документе прописан пункт о добровольности участия в комплексе ГТО?
4. Дайте характеристику ВФСК ГТО в сравнении с программой физкультурной подготовки «Готов к труду и обороне СССР».
5. Из каких разделов состоит Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО?
6. Как влияет выполнение испытаний комплекса ГТО на поступление выпускников школ в ВУЗы страны. Кем может осуществляться работа в автоматизированной информационной системе ГТО?
7. Какие виды испытаний (тесты) и нормативы включены во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)?
8. Какие документы и локальные акты должны регламентировать работу Центра тестирования. Сколько ступеней входит в современный комплекс ГТО?
9. Какие требования предъявляются к лицам с ОВЗ, сдающим испытания (нормативы) комплекса ГТО?
10. Какие цели и задачи преследует комплекс ГТО на современном этапе развития России?
11. Каким требованиям должны отвечать места для выполнения нормативов. Этапы внедрения комплекса ГТО
12. Каким требованиям должны отвечать места для выполнения нормативов Комплекса. Что означает отчетный период?
13. Какой документ раскрывает структуру и содержание ВФСК ГТО. Сколько необходимо выполнить нормативов испытаний (тестов) ГТО, чтобы получить знак отличия?
14. Кем утверждается Положение о порядке создания Центров тестирования по выполнению видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта? Расскажите о функциях Центра тестирования?
15. Кому вручался значок: «Золотой», «Серебряный», «Бронзовый», «Отличник ГТО», «Почетный знак ГТО», «За успехи в работе по комплексу ГТО»?
16. Кто имеет доступ к персональным данным при работе в автоматизированной информационной системе ГТО?
17. Кто является в регионе Координатором «Плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)»? На основании какого документа дается согласие на обработку персональных данных?
18. Миссия «Послов ГТО». Перечислите задачи Центра тестирования
19. Можно ли выполнять нормативы испытаний (тестов) комплекса ГТО на уроках физкультуры?
20. На каких принципах основан Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО?
21. Назовите составы судейских бригад, рекомендуемые для мероприятий муниципального и регионального уровней. Обязанности «Посла ГТО»
22. Назовите, на основании чего выдается медицинский допуск к выполнению испытаний, и какой срок он действителен?
23. Опишите процедуру тестирования гибкости и координационных способностей. Кто в России может выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО?
24. Опишите процедуру тестирования прикладных навыков и выносливости. Сколько дней можно выполнять нормативы испытаний (тестов) ГТО в рамках одной возрастной ступени?
25. Опишите процедуру тестирования силы. Что такое центр тестирования?

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015);
2. Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951;
3. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL);
4. Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия);
5. Google Chrome – (Свободная лицензия);
6. Mozilla Firefox – (Свободная лицензия);
7. LibreOffice – (Свободная лицензия GPL);
8. XnView – (Свободная лицензия);
9. Java – (Свободная лицензия);
10. VLC – (Свободная лицензия);

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru> Режим доступа: Свободный доступ;
Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: e.lanbook.com Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;
Консультант Плюс /Электронный ресурс/: справочно – правовая система. Адрес: Научная библиотека Режим доступа: Локальная сеть вуза;

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Вопросы и задания для самостоятельной работы

Целью самостоятельной работы студентов является повышение уровня подготовки специалистов, направленное на формирование профессиональных знаний, умений и навыков, необходимых для свободного и самостоятельного применения в практической деятельности. Самостоятельная работа предполагает аудиторную и внеаудиторную формы. Аудиторная самостоятельная работа проводится под руководством преподавателя и включает в себя: конспектирование изучаемого материала, опросы на семинарских занятиях, выполнение и обсуждение заданий в течение текущих занятий. Внеаудиторная самостоятельная работа включает в себя: подготовка к практическим (семинарским) занятиям; реферирование и конспектирование статей, изучение и конспектирование учебно-методических пособий; изучение в рамках программы курса тем, не выносимых на практические (семинарские) занятия; написание тематических докладов, создание презентаций по изучаемым темам; анализ материалов к просветительским программам, представление рецензий