: РГУФКСМиТ, 2015 .— 40 с. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/373517
5. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта Например: «Танцевальный спорт» Режим доступа: http://mobileonline.garant.ru/#/document/72245194/paragraph/1/highlight/Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт:4.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
1. https://www.ido-dance.com/ceis/webHomeIdo.do - сайт международной танцевальной организации
2. https://www.worlddancesport.org/ - сайт всемирной федерации танцевального спорта
3. http://www.cheerunion.org/ - сайт международного союза чир спорта

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

программное обеспечение дисциплины:
а) Операционная система – Microsoft Windows 10;
б) Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;
в) Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
г) программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC;
д) Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 0A5CEE6CA4136342A4CBEE36227CEC0E
Владелец: Павлов Евгений Александрович
Действителен: с 19.01.2024 до 13.04.2025

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Танцевальный зал РГУФКСМиТ, оборудованный танцевальным покрытием, зеркалами, хореографическим станком и музыкальным оборудованием.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.ДВ.02.05. Танцевальный спорт *для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки* 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики танцевального спорта.
Сроки изучения дисциплины: 1 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	*Посещение занятий*		*20*
2.	*Выступление на семинаре на тему:* *Танец как средство организации двигательной активности и физической подготовки*	*5*	*20*
3.	*Исполнение контрольного упражнения бального танца*	*6-15*	*20*
4.	*Исполнение контрольного упражнения стрит танца*	*6-15*	*20*
	Зачёт		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада «Значение самоконтроля на занятиях танцевальным спортом»*	*10*
2	*Написание реферата по теме «Танцевальный спорт в системе физического воспитания граждан Российской федерации»*	*10*
3	*Написание реферата по теме «Жанры современного танца»*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики танцевального спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Танцевальный спорт»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 академических часа.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: *1.*

3.Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение знаний и умений, направленных на самостоятельное поддержание должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	***1***	***1***	***1***	
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	1	1	1	
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	1	1	1	
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1	1	1	

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1: Танец как средство организации двигательной активности и физической подготовки	1	1	1	2	2	20		
2	Раздел 2: Современные социальные танцы	1	1	1		16	42		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Каратэдо (ката)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Каратэдо (ката)», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Каратэдо (ката)», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики восточных боевых искусств
(наименование)

Протокол № 6 от «21» октября 2020 г.

Составитель:
Орлов Юрий Леонидович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой Теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Каратэдо (ката)» является успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре восточных единоборств в целом (на примере каратэдо), необходимых для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

Дисциплина «Каратэдо (ката)» реализуется на русском языке.

Дисциплина проводится в форме теоретической и практической подготовки.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Каратэдо (ката)» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников активного подхода при решении задач быстро и адекватно действовать в неожиданно возникающих ситуациях их профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика физической культуры, Физическая культура и спорт, Анатомия человека, Теория и методика обучения видам спорта, Безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствии с этим, программа дисциплины *«Каратэдо (ката)»* формирует одну из универсальных компетенций бакалавра по физической культуре.

Окончательное формирование компетенций осуществляется в ходе практик и оценивается в ходе ГИА.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*1*	*1*	*1*	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4. Структура и содержание дисциплины «Каратэдо (ката)»

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**.
очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Общетеоретические сведения о каратэдо, его истории, технике, тактике и методике подготовки	1	1	1	2	4	14		
2.	Базовая техника каратэдо					6	14		
3.	Тактика каратэдо					4	14		
4.	Интегральная подготовка в каратэдо					4	20		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

1. Основные методы физического воспитания и укрепления здоровья, используемые в каратэдо.
2. Регулярные занятия каратэдо в повседневной жизни, забота о своем здоровье и здоровье окружающих.
3. Навыки и средства в каратэдо для самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности**.**
4. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.
5. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.
6. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэ. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.
7. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.
8. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.
9. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.
10. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэ.
11. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэ.
12. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.
13. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.
14. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.
15. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо.
16. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо.
17. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве.
18. Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия.

19. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.

20. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии.

21. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире.

22. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (EKF) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо.

23. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России.

24. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.

25. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.

26. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

27. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и самостраховки.

28. Методы оказания первой до врачебной помощи.

29. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

30. Принципы обеспечение режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо.

31. Определение понятия «терминология». Термины и их значение. Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.

32. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.

33. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.

34. Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ.

35. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.

36. Классификация и терминология базовой техники каратэдо.

37. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

38. Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо.

39. Классификация и терминология тактики спортивного каратэ.

40. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

41. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в каратэдо.

42. Классификация и терминология средств физической подготовки в каратэдо.

43. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

44. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

45. Методы дыхания в каратэдо. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания. Методы произвольного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо.

46. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо.

47. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

48. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.

Контрольные задания:

1. Использование основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности

2. КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СЁДАН;*

3. РЭН СЮХО-НО КАТА: *РЭН СЮХО-НО КАТА № 1;*

4. КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы.*

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Каратэдо (ката)»

а) Основная литература

1. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.

2. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методики каратэдо. РГУФК. 2014-2017.

3. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.

4. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.

5. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154.

6. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160.

7. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204.

8. Правила соревнований по каратэ, принятые ВКФ в 2017 г.

б) Дополнительная литература

1.Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
5. Горбылёв А М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
6. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.
7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
9. Горбылёв А. М. Найханти – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
15. Игнатов О.В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт»,1993. 208 с.
18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
23. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо) // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
24. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.
25. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой // «Додзё», 2004, № 6.
26. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
27. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
28. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.

30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.

33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15

36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реагирований в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98

38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

39. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

40. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё»,2004,№ 6.

41. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н.Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.

43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.:Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006. - 584 с.

46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.

52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.

53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.

54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.

55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.

56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.
57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.
58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
61. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4

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

1. Федерация каратэ России (ruswkf.ru)

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

–программное обеспечение дисциплины:

–1)Windows Professional, x64 Ed.;

–2)Microsoft Office 2016;

–3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);

–4)Acrobat Reader DC.современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

отечественные базы данных:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

зарубежные базы данных:

1.«HealthResearchPremiumCollection» компанииProQuestwww.proquest.com.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

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

3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4.Специализированный зал, оборудованный специальным покрытием (татами), снарядами и инвентарём.

5. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий**:**

Видеопроектор.
Диктофон.
Ноутбук.
Принтер.
Сканер.
Копировальный аппарат.
Стационарный компьютер

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Каратэдо (ката)» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Каратэдо (ката)», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики восточных боевых искусств
Сроки изучения дисциплины: 3 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов*
1	**Устный опрос по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о каратэдо, его истории, технике, тактике и методике подготовки»:**		**Всего 30**
	1. Безопасность и профилактика травматизма на занятиях каратэдо 2. Генезис восточных единоборств 3. Основы дистанционного и визуального взаимодействия в каратэдо 4. Сведения о каратэдо специального характера 5. Сведения о технике, тактике и методике подготовки в каратэдо 6. Система организации учебного процесса в каратэ	3 неделя 5 неделя 7 неделя 9 неделя 11 неделя 13 неделя	5 5 5 5 5 5
2	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Базовая техника каратэдо»:**		**Всего 20**
	1. Средства обеспечения 2. Средства нападения 3. Средства защиты 4. Комбинации приёмов	2 неделя 4 неделя 6 неделя 12 неделя	5 5 5 5
3	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Тактика каратэдо»:**		**Всего 10**
	1. Тактика нападения 2. Тактика обороны	8 неделя 10 неделя	5 5
4	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Интегральная подготовка в каратэдо»:**		**Всего 15**
	1. Индивидуальная интегральная подготовка 2. Боевая интегральная подготовка	14 неделя 15 неделя	5 10
5	**Рубежный контроль:** зачёт	16 неделя	**15**
6	**Посещение занятий**	В течение семестра	**10**
Итого			**100**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада по теме пропущенного занятия*	*5*
2	*Написание реферата по теме пропущенного занятия*	*5*
3	*Презентация по теме пропущенного занятия*	*5*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Каратэдо (ката)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Каратэдо (ката)», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1]
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**
Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 3.

Целью освоения дисциплины Целью освоения дисциплины «Каратэдо (ката)» является успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре восточных единоборств в целом (на примере каратэдо), необходимых для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*1*	*1*	*1*	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4. Краткое содержание дисциплины: очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Общетеоретические сведения о каратэдо, его истории, технике, тактике и методике подготовки	1	1	1	2	4	14		
2.	Базовая техника каратэдо					6	14		
3.	Тактика каратэдо					4	14		
4.	Интегральная подготовка в каратэдо					4	20		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики лыжного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Скандинавская ходьба»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры теории и методики лыжного спорта
Протокол № 3 от «16» сентября 2020 г.

Составитель:

Баталов Алексей Григорьевич, профессор, заведующий кафедрой ТиМ лыжного спорта, кандидат педагогических наук.
Бурдина Марина Евгеньевна, доцент кафедры ТиМ лыжного спорта, кандидат педагогических наук.
Сенатская Валентина Геннадьевна, старший преподаватель кафедры ТиМ лыжного спорта.

1. Цель освоения дисциплины «Скандинавская ходьба».

Цель освоения дисциплины «Скандинавская ходьба» является:

- сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли занятий северной (скандинавской) ходьбой как эффективного средства организации досуговой и спортивно-оздоровительной деятельности с населением;
- овладеть практическими умениями в разработке и реализации программ оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности с различными категориями занимающихся.

2. Место дисциплины «Скандинавская ходьба» в структуре ООП (ОПОП).

Дисциплина «Скандинавская ходьба» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту образовательного цикла программы бакалавриата. Формирование результатов освоения дисциплины «Скандинавская ходьба» в форме компетенций происходит на основе получаемых знаний, умений и навыков. В итоге у обучающихся должна быть сформирована устойчивая мотивация и потребность к здоровому образу жизни, в физическом самосовершенствовании через сознательное использование всех организационно-методических форм занятий физкультурно-спортивной деятельностью. Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим (абитуриентам).

Дисциплина «Скандинавская ходьба» имеет спортивно-оздоровительную направленность. Она предполагает обучение передвижению ходьбы с отталкиванием палками и развитие общей выносливости, а также формирование культуры и правильной техники движений, укрепление здоровья и формирование навыков проведения самостоятельных занятий и приемов самоконтроля.

Скандинавская ходьба является в России популярным и массовым средством оздоровления, разностороннего развития, активного отдыха, что

обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с системообразующими (сквозными) дисциплинами обязательной части. Освоение дисциплины «Скандинавская ходьба» необходимо как предшествующее изучению анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии, прохождению спортивно-педагогической практики. Дисциплина «Скандинавская ходьба реализуется на русском языке».

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Скандинавская ходьба», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	**2**	**2**	**2**	
УК-7.1	**Знает** способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*2*	*2*	*2*	
УК-7.2	**Умеет** использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	
УК-7.3	**Владеет** здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	

4. Структура и содержание дисциплины «Скандинавская ходьба»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часов**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1: Скандинавская ходьба как эффективное средство организации досуга и оздоровления населения**	2	2	2	**2**	**2**	**11**		
2	Тема 1.1.: История, современное состояние и перспективы развития скандинавской ходьбы	2	2	2	2	-	3		
3	Тема 1.2.: Физиологические основы двигательной активности при занятиях скандинавской ходьбой	2	2	2		2	4		
4	Тема 1.3.: Факторы, обеспечивающие высокий оздоровительный эффект скандинавской ходьбы	2	2	2			4		
5	**Раздел 2: Инвентарь и экипировка для занятий скандинавской ходьбой**	2	2	2	-	**2**	**7**		
6	Тема 2.1.: Экипировка для занятий скандинавской ходьбой	2	2	2	-	2	3		
7	Тема 2.2.: Выбор и подготовка палок для скандинавской ходьбы с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и внешних условий занятий	2	2	2	-		4		
8	**Раздел 3: Техника и методика обучения скандинавской ходьбе**	2	2	2	-	**4**	**15**		
9	Тема 3.1.: Этапы, методы, дидактические принципы обучения	2	2	2	-	2	3		
10	Тема 3.2.: Выбор и подготовка мест занятий, организация обучения	2	2	2	-	-	4		

11	Тема 3.3.: Биомеханические основы техники ходьбы с палками классическим стилем	2	2	2	-	2	4		
12	Тема 3.4.: Методика обучения технике скандинавской ходьбы с палками	2	2	2	-		4		
13	**Раздел 4: Общие требования к построению занятий оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности с использованием скандинавской ходьбы**	2	2	2	**-**	**6**	**16**		
14	Тема 4.1.: Причины возникновения и меры предупреждения травматизма занимающихся	2	2	2	-	2	4		
15	Тема 4.2.: Нормирование физической нагрузки оздоровительной направленности с учетом особенностей контингента занимающихся	2	2	2	-		4		
16	Тема 4.3.: Основы спортивной тренировки и подготовка к участию в соревнованиях	2	2	2	-	4	4		
17	Тема 4.4.: Самоконтроль и оценка уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся	2	2	2	-		4		
18	**Раздел 5: Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий по скандинавской ходьбе**	2	2	2	**-**	**4**	**13**		
19	Тема 5.1.: Документы планирования и проведения соревнований по скандинавской ходьбе	2	2	2	-	2	4		
20	Тема 5.2.: Выбор и подготовка соревновательных трасс (маршрутов)	2	2	2	-		3		
21	Тема 5.3.: Общие требования к проведению и судейству соревнований по скандинавской ходьбе	2	2	2	-	2	3		
22	Тема 5.4.: Способы определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах скандинавской ходьбы	2	2	2	-		3		

	Итого часов:	**82**	**2**	**18**	**62**		**зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Скандинавская ходьба».

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Скандинавская ходьба».

Вопросы и задания для промежуточного контроля к зачёту

1. Скандинавская ходьба с палками – самое эффективное оздоровительное средство двигательной активности человека
2. Специфика организации и проведения занятий по скандинавской ходьбы.
3. Перспективы развития скандинавской ходьбы в России.
4. Современная экипировка для занятий по скандинавской ходьбе.
5. Требования к одежде в различных погодных условиях и с учетом продолжительности занятия/прогулки по скандинавской ходьбе.
6. Методика подбора длины палок для скандинавской ходьбы с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и внешних условий занятий.
7. Разновидности палок для скандинавской ходьбы.
8. Характеристика этапов и принципов обучения скандинавской ходьбы, их последовательность.
9. Взаимосвязь между этапами обучения и фазами формирования двигательного навыка.
10. Основные дидактические принципы обучения: сознательности и активности, доступности и индивидуализации, систематичности.
11. Система биомеханических движений в скандинавской ходьбе.
12. Биомеханические основы техники шага скандинавской ходьбы.
13. Техническое мастерство как достижение наибольшего соответствия между двигательным потенциалом занимающихся скандинавской ходьбой и эффективностью его использования.
14. Методика начального обучения скандинавской ходьбе с палками.
15. Попеременный шаг как основное подготовительное упражнение.
16. Типичные ошибки при обучении скандинавской ходьбе и методы их исправления.
17. Типичные травмы при занятиях скандинавской ходьбой с палками и причины их возникновения.
18. Методика реализации на практике мер предупреждения травматизма при занятиях скандинавской ходьбой.
19. Основные компоненты нагрузки, определяющие характер воздействия на организм при занятиях скандинавской ходьбой.

20. Физиологические параметры и продолжительность оздоровительной нагрузки на занятиях по скандинавской ходьбе.

21. Оценка переносимости нагрузки по методике пульсометрии и динамике восстановительных процессов.

22. Нагрузка и соответствующие ей адаптационные процессы.

23. Требования к местам занятий для лиц старшего возраста с учетом уровня здоровья и индивидуальной физической подготовленности.

24. Специфика подготовки маршрутов для оздоровительно-спортивных мероприятий по скандинавской ходьбе.

25. Сочетание компонентов рельефа на различных трассах (маршрутах) для скандинавской ходьбы

26. Методическая последовательность овладения техникой скандинавской ходьбы лицами с ограниченными возможностями различных категорий.

27. Биологические закономерности процесса оздоровления человека, занимающегося скандинавской ходьбой.

28. Методика дозирования оздоровительной нагрузки с учетом характера заболевания.

29. Спортивная тренировка как педагогически управляемый процесс развития и совершенствования двигательно-функциональных способностей занимающегося скандинавской ходьбой.

29. Основные закономерности построения и развертывания спортивно-тренировочного процесса на занятиях по скандинавской ходьбе.

30. Взаимосвязь педагогических и биологических аспектов тренировки.

31. Классификация упражнений для скандинавской ходьбы.

32. Характеристика основных, специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений для скандинавской ходьбы.

33. Группировка упражнений по принципу преимущественного воздействия на развитие избранного физического качества.

34. Влияние имитационных упражнений с палками на организм спортсмена. 35. Общая выносливость – основа развития физических качеств на занятиях по скандинавской ходьбе.

36. Основные средства, применяемые при обучении скандинавской ходьбы.

37. Характеристика методов тренировки, направленность их воздействия на организм при занятиях скандинавской ходьбой.

38. Варианты чередования нагрузки и отдыха при выполнении упражнений.

39. Субъективные методы самоконтроля.

40. Объективные методы самоконтроля.

41. Частота сердечных сокращений - один из самых важных и достоверных показателей состояния занимающихся.

42. Использование методов стандартов, функциональных проб, антропометрических индексов и тестов для оценки состояния и физической подготовленности организма занимающегося скандинавской ходьбой.

43. Основные документы планирования и проведения соревнований по скандинавской ходьбе.

44. Режим проведения, особенности организации и судейства соревнований по скандинавской ходьбе.

45. Основные положения правил соревнований по скандинавской ходьбе.

46. Классификация соревнований по скандинавской ходьбе.

47. Методика определения результатов на соревнованиях по скандинавской ходьбе.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Скандинавская ходьба»

а) Основная литература:

1. Земба, Е. А. Скандинавская ходьба в учебном процессе студентов : учебное пособие / Е. А. Земба, М. Д. Кудрявцев, Т. Н. Кочеткова. – Красноярск : Сиб. гос. ун-т науки и технологий, 2017. – 96 с.

2. Плохой, В. Н. Скандинавская ходьба до и после 60-ти / В. Н. Плохой. – М. : Спорт, 2020. – 84 с.

3. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.

б) Дополнительная литература:

1. Кибардин, Г. М. Скандинавская ходьба лечит / Г. М. Кибардин. – Москва : Эксмо, 2020. – 128 с.

2. Мильнер, Е. Г. Ходьба вместо лекарств. – М. : Метафора, 2016. – 224 с.

3. Полетаева, А. Скандинавская ходьба. Секреты известного тренера. – СПб. : Питер, 2015. – 304 с.

4. Полетаева, А. Скандинавская ходьба. Здоровье легким шагом / А. Полетаева, Е. Рефалюк-Бузовская. – СПб. : Питер, 2013. – 82 с.

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

1. http://www.inwa.ru – международная ассоциация скандинавской ходьбы.

2. http://www.rnwa.ru – русская национальная ассоциация скандинавской ходьбы

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Скандинавская ходьба», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– *программное обеспечение дисциплины:*

1. Операционная система – Microsoft Windows.
2. Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
3. Локальная антивирусная программа – Dr.Web.
4. Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа – Adobe Acrobat DC.

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

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Скандинавская ходьба».

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

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

3. Научная аппаратура:
- навигационный приемник Garmin Forerunner 305 HR;
- монитор сердечного ритма Polar 800 Multi;
- многофункциональный секундомер;
- цифровая видеокамера.

4. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

Приложения к рабочей программе дисциплины «Скандинавская ходьба»

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Скандинавская ходьба» для обучающихся института спорта

и физического воспитания 1 курса, направления подготовки **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного спорта

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт – 2 семестр*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов

1	Посещение практических занятий	*Весь период*	*20 баллов*
2	**Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1.** «Скандинавская ходьба как эффективное средство организации досуга и оздоровления населения»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
3	**Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2.** «Инвентарь и экипировка для занятий скандинавской ходьбой»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
4	**Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3.** «Техника и методика обучения скандинавской ходьбе»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
5	**Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4.** «Общие требования к построению занятий оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности с использованием скандинавской ходьбы»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
6	**Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5.** «Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий по скандинавской ходьбе»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
7	**Тесты действий** «Демонстрация техники скандинавской ходьбы в движении»	*23-40 неделя*	*15 баллов*
8	**Работа № 1 в системе МООДУС** «Методика определения энерготрат при ходьбе в зависимости от скорости и веса тела человека»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
9	**Работа № 2 в системе МООДУС** «Методика определения индекса массы тела»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
10	**Работа № 3 в системе МООДУС** «Подбор палок для скандинавской ходьбы с учётом уровня подготовленности занимающихся»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
11	**Работа № 4 в системе МООДУС** «Оценка физической подготовленности по очковой системе К. Купера»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
12	**Работа № 5 в системе МООДУС** «Определение выносливости в 12-минутном тесте К. Купера»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
13	**Работа № 6 в системе МООДУС** «Полуторамильный тест ходьбы и бега К. Купера для оценки уровня физической подготовленности»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
14	**Работа № 7 в системе МООДУС** «Методика определения функционального резерва организма проба Руфье»	*23-40 неделя*	*5 баллов*
15	***Зачёт***	*2 семестр*	*5 баллов*
16	**ИТОГО**		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС)	*10 баллов*
2	Определение показателей нагрузки в скандинавской ходьбе, обеспечивающий оздоровительный эффект	*10 баллов*
3	Разработка основных документов планирования и проведения физкультурно-спортивных мероприятий по скандинавской ходьбе	*10 баллов*

Примечание:
1. К сдаче зачёта допускаются студенты, получившие не менее 56 баллов за выполнение программного материала по текущей успеваемости.
3. Студенты, успешно прошедшие дисциплину «Скандинавская ходьба», сдавшие все текущие отчётности по каждому самостоятельно выполненному заданию, оцениваемые по системе зачётных единиц на 61-95 баллов, могут получить автоматический зачёт, согласно шкале итоговых оценок успеваемости по дисциплине.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики лыжного спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Скандинавская ходьба»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2024
Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Скандинавская ходьба» составляет *82 академических часов.*

2. Семестр освоения дисциплины«Скандинавская ходьба»: *2 семестр*

3. Цель освоения дисциплины «Скандинавская ходьба»:

- сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли занятий северной (скандинавской) ходьбой как эффективного средства организации досуговой и спортивно-оздоровительной деятельности с населением;

- овладеть практическими умениями в разработке и реализации программ оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности с различными категориями занимающихся.

Дисциплина «Скандинавская ходьба реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Скандинавская ходьба»:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***				
УК-7.1	**Индикатор знаний (знает):** - способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*2*	*2*	*2*	
УК-7.2	**Индикатор умений (умеет):** - использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	
УК-7.3	**Индикатор навыков (владеет):** - здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической	*2*	*2*	*2*	

	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

5. Краткое содержание дисциплины «Скандинавская ходьба»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часов**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1: Скандинавская ходьба как эффективное средство организации досуга и оздоровления населения**	2	2	2	**2**	**2**	**11**		
2	Тема 1.1.: История, современное состояние и перспективы развития скандинавской ходьбы	2	2	2	2	-	3		
3	Тема 1.2.: Физиологические основы двигательной активности при занятиях скандинавской ходьбой	2	2	2		2	4		
4	Тема 1.3.: Факторы, обеспечивающие высокий оздоровительный эффект скандинавской ходьбы	2	2	2			4		
5	**Раздел 2: Инвентарь и экипировка для занятий скандинавской ходьбой**	2	2	2	-	**2**	**7**		
6	Тема 2.1.: Экипировка для занятий скандинавской ходьбой	2	2	2	-	2	3		
7	Тема 2.2.: Выбор и подготовка палок для скандинавской ходьбы с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и внешних условий занятий	2	2	2	-		4		
8	**Раздел 3: Техника и методика обучения скандинавской ходьбе**	2	2	2	-	**4**	**15**		
9	Тема 3.1.: Этапы, методы,	2	2	2	-	2	3		

	дидактические принципы обучения								
10	Тема 3.2.: Выбор и подготовка мест занятий, организация обучения	2	2	2	-	-	4		
11	Тема 3.3.: Биомеханические основы техники ходьбы с палками классическим стилем	2	2	2	-	2	4		
12	Тема 3.4.: Методика обучения технике скандинавской ходьбы с палками	2	2	2	-		4		
13	**Раздел 4: Общие требования к построению занятий оздоровительной и физкультурно-спортивной направленности с использованием скандинавской ходьбы**	2	2	2	**-**	**6**	**16**		
14	Тема 4.1.: Причины возникновения и меры предупреждения травматизма занимающихся	2	2	2	-	2	4		
15	Тема 4.2.: Нормирование физической нагрузки оздоровительной направленности с учетом особенностей контингента занимающихся	2	2	2	-		4		
16	Тема 4.3.: Основы спортивной тренировки и подготовка к участию в соревнованиях	2	2	2	-	4	4		
17	Тема 4.4.: Самоконтроль и оценка уровня физической и функциональной подготовленности занимающихся	2	2	2	-		4		
18	**Раздел 5: Организация и проведение физкультурно-спортивных мероприятий по скандинавской ходьбе**	2	2	2	**-**	**4**	**13**		
19	Тема 5.1.: Документы планирования и проведения соревнований по скандинавской ходьбе	2	2	2	-	2	4		
20	Тема 5.2.: Выбор и подготовка соревновательных трасс (маршрутов)	2	2	2	-		3		
21	Тема 5.3.: Общие требования к проведению и судейству соревнований по скандинавской ходьбе	2	2	2	-		3		
22	Тема 5.4.: Способы	2	2	2	-		3		

	определения личных и командных результатов в различных соревновательных дисциплинах скандинавской ходьбы					2			
	Итого часов:			**82**	**2**	**18**	**62**		**зачет**

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ВОРКАУТ

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры___теории и методики гимнастики__
Протокол № _3 от «23» сентября___2020 г.

Составитель: ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ;
Парахин В.А., к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ;

Рецензент:
Клецов К.Г., к.п.н., доцент кафедры ТиМ танцевального спорта ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ;

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ВОРКАУТ)» является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств гимнастики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «воркаут» относится к блоку Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Дисциплина имеет логическую и содержательную взаимосвязь с такими дисциплинами как: физическая культура, теория и методика физической культуры, предшествуя освоению таких дисциплин как: воспитание координационных способностей юных спортсменов средствами гимнастики, «воркаут» как средство активного отдыха спортсменов, тренерская практика.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	*2*	*2*	*2*	
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения	*2*	*2*	*2*	

	норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часов**.

очная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**			**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Раздел 1: Воркаут как средство организации двигательной активности и физической подготовки	**2**	**2**	**2**	**2**	**10**	**32**		
2	Раздел 2: Упражнения общей и специальной физической подготовки	**2**	**2**	**2**		**8**	**30**		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проводится по следующим темам учебной программы: «Основы гимнастической терминологии», «Вольные и акробатические упражнения», «Уровень общей физической подготовленности».

Гимнастическая терминология

Для тестирования знаний студентов по теме «Гимнастическая терминология» используется видеопрезентация, составленная из 50 слайдов-заданий. Задания содержатся на слайдах в виде одной фотографии позы/движения, или нескольких фотографий, представляющих последовательность движения телом или отдельной его частью. К каждому заданию предложено четыре варианта ответа. Среди них содержатся как правильные, так и неправильные ответы, а также ответы, частично соответствующие смыслу вопросов. Правильным считается только один – наиболее полный. Задача тестируемого заключается в выборе одного из четырех вариантов ответа, который, по его мнению, является правильным. Для фиксации ответов используется специальный бланк.

Учебно-зачетная композиция вольных упражнений

Композиция вольных упражнений содержит 64 движения общеразвивающего характера и выполняется строго в соответствии с программой под произвольно выбранное музыкальное сопровождение инструментального характера. Возможна замена музыкального сопровождения подсчетом.

При выполнении вольных упражнений участнику необходимо соблюдать общий порядок и точность выполнения движений и демонстрировать уверенное его выполнение; выполнять движения с

максимальной амплитудой в соответствии с требованиями гимнастического стиля; соблюдать согласованность выполнения движений с темпоритмом музыкального сопровождения.

Судейство участников производится по 5-балльной оценочной шкале.

Акробатическое упражнение

Первое учебно-зачетное упражнение **–** «старт пловца» – кувырок вперед прыжком – прыжок вверх ноги врозь – кувырок вперед – кувырок вперед прыжком – прыжок вверх с поворотом на 360º в доскок.

Второе учебно-зачетное упражнение **–** два-три шага разбега – переворот в сторону – переворот в сторону с поворотом на 180º – кувырок назад – кувырок назад – прыжок с поворотом на 180º в доскок.

Тестирование уровня физической подготовленности

Тест 1. «Повторные сгибания рук в висе».

Тест 2. «Повторные сгибания рук в упоре лежа».

Тест 3. «Повторные разгибания и сгибания туловища».

Тест 4. «Прыжок в длину с места».

Тест 5. «Челночный бег 2 х 15 метров».

Тест 6. «Наклон вперед стоя».

Оценка исполнения:

Оцениваются показатели выполнения каждого теста в отдельности.

«Удовлетворительно» - положительная динамика результатов начального и итогового тестирования.

«Неудовлетворительно» - отрицательная динамика результатов начального и итогового тестирования.

Профилактика травматизма, соблюдение техники безопасности занимающихся в процессе тренировочной, соревновательной и рекреационно-оздоровительной деятельности

Для оценки знаний студентов студентам предлагается ответить на вопросы в форме собеседования, выступить с докладом, а также защитить реферат по данной теме.

Примерные темы рефератов

1.Гимнастика как средство оздоровления и рекреации населения.

2.Воркаут как средство оздоровления и рекреации населения.

3.Спортивные виды гимнастики.

4.Оздоровительные виды гимнастики и их разновидности.

5.История создания и основы терминологии гимнастических упражнений.

6.История возникновения Воркаут как физкультурно-двигательной деятельности.

7.Методические особенности гимнастических упражнений.

8.Упражнения видов мужского гимнастического многоборья.

9.Упражнения видов женского гимнастического многоборья.

10.Основы методики обучения гимнастическим упражнениям.

11.Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.

12.Педагогическая технология составления комплексов общеразвивающих упражнений.

13.Использование гимнастических упражнений для развития силовых способностей.

14.Развитие двигательно-координационных способностей на занятиях гимнастикой.

15.Развитие гибкости с помощью гимнастических упражнений.

16.Развитие выносливости на занятиях гимнастикой.

17.Методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность.

Вопросы для тестирования знаний по теоретическим основам гимнастики и воркаута

1.Охарактеризуйте строевые упражнения как одно из средств гимнастики.

2.Дайте характеристику общеразвивающим упражнениям и раскройте методику составления комплексов общеразвивающих упражнений.

3.Кратко охарактеризуйте упражнения в висах и упорах на гимнастических снарядах.

4.Классифицируйте и дайте общую характеристику гимнастическим прыжкам.

5.Охарактеризуйте акробатические упражнения как одно из средств гимнастики.

6.Раскройте суть прикладных упражнений, используемых на занятиях гимнастикой.

7. Перечислите основные разновидности передвижений и их роль в уроке гимнастики.

8.Музыкально-ритмические упражнения и особенности подбора музыкального сопровождения для их организации.

9.Дайте характеристику видов гимнастики оздоровительной направленности.

10.Дайте характеристику видов гимнастики образовательно-развивающей направленности.

11.Раскройте содержание и методику составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.

12.Перечислите и опишите двигательные задания, с помощью которых может осуществляться контроль физической подготовленности занимающихся на занятиях гимнастикой и воркаутом.

13.Кратко охарактеризуйте требования, предъявляемые к гимнастической терминологии.

14.Назовите основные термины общеразвивающих упражнений.

15.Назовите основные термины упражнений на гимнастических снарядах и приведите примеры.

16.Охарактеризуйте способы обучения общеразвивающим упражнениям (показ, рассказ, «по разделению»).

17.Перечислите основные задачи подготовительной части урока гимнастики.

18.Средства подготовительной части урока гимнастики.

19.Опишите и дайте характеристику методическим приемам проведения подготовительной части урока гимнастики.

20.На примере учебной комбинации объясните задачи использования строевых упражнений в подготовительной части урока гимнастики.

21.Перечислите и объясните главные задачи основной части урока гимнастики.

22.Приемы и способы страховки и самостраховки, используемые при выполнении гимнастических упражнений.

23.Перечислите и охарактеризуйте нормы и правила безопасного проведения занятий физическими упражнениями.

24.Назовите упражнения, направленные на формирование правильной осанки и использующиеся в занятиях гимнастикой.

25.Назовите упражнения, направленные на укрепление сводов стопы и профилактику плоскостопия и использующиеся в занятиях гимнастикой и воркаутом.

26.Перечислите виды упражнений для развития двигательно-координационных способностей занимающихся, используемые в занятиях гимнастикой и воркаутом.

27.Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку вперед.

28.Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку назад.

29.Опишите технику и раскройте методику обучения стойке на лопатках.

30.Опишите технику и раскройте методику обучения стойке на руках.

31.Опишите технику и раскройте методику обучения перевороту в сторону.

32.Раскройте методику обучения упражнениям в лазании по гимнастической стенке и вертикальному канату.

33. Дайте характеристику маховым гимнастическим упражнениям, приведя примеры упражнений на гимнастических снарядах.

34.Перечислите и раскройте основные требования к предупреждению травматизма на занятиях гимнастикой и воркаутом.

35.Упражнения, используемые для развития силовых, скоростно-силовых способностей занимающихся гимнастикой, и их особенности.

36.Упражнения, используемые для развития общей гибкости на занятиях гимнастикой и воркаутом.

37. Гимнастические упражнения и двигательные задания, используемые для развития двигательно-координационных способностей.

38.Упражнения, используемые для развития общей выносливости на занятиях гимнастикой и воркаутом.

39.Методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, обеспечивающих активную профессиональную деятельность.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а)Основная литература:

1. Гавердовский, Ю.К. Теория и методика спортивной гимнастики : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 034300 : рек. УМО вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры : в 2 т. - М.: Сов. спорт, 2021. Т. 1 / Ю.К. Гавердовский. - 368 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Гавердовский, Ю.К. Упражнения на перекладине. - М.: ФиС, 1975. - 152 с.: ил.

2.Гимнастическое многоборье : Муж. виды / под ред. Ю. Гавердовского. - М.: ФиС, 1987. - 480 с.: ил.

3. Кавадло, Д. Чистая сила без тренажеров, диет и стимуляторов = Strength rules : How to get stronger than almost anyone - and the proven plan to make it real / Дэнни Кавадло = Danny Kavadlo. - М.; СПб.: Питер, 2017. - 240 с.: ил.

4. Кавадло, Э. Уличный фитнес : Подтянитесь! : рук. для воркаутеров / Эл Кавадло. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 192 с.: ил. Гимнастика и методика преподавания/Под ред. Проф. В.М. Смолевского. – М., 1987.

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

1.www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
2.http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

- программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

-стандартные гимнастические снаряды – гимнастический ковер, перекладина, брусья параллельные и разновысокие, ;

-гимнастические снаряды массового типа – не менее 10 пролетов гимнастической стенки, 4-6 гимнастических скамеек;

-комплект мелкого гимнастического инвентаря на группу стандартной наполняемости: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи, стоялки.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине __ ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ВОРКАУТ)__ для обучающихся института спорта и физического воспитания ___1_ курса,

***направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спор «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельности области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельности области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ___теории и методики гимнастики__.
Сроки изучения дисциплины: __2_ семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: зачёт.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий		*20*
2	Выступление на семинаре на тему: воркаут как средство организации двигательной активности и физической подготовки	*5*	*20*
3	Выполнение практического задания №1 по разделу «Вольные упражнения»	*6-15*	*20*
4	Выполнение практического задания №2 по разделу «Акробатические упражнения»	*6-15*	*10*
5	Тесты по ОФП	*6-15*	*10*
6	***Зачёт***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада «Значение самоконтроля на занятиях воркаутом»*	*10*
2	*Написание реферата по теме «Воркаут в системе физического воспитания граждан Российской федерации»*	*10*
3	*Написание реферата по теме «История возникновения воркаута»*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«ЭЛЕКТИВНЫЕ КУРСЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ВОРКАУТ)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет *0* зачетных единиц.

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

3.Цель освоения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств гимнастики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	*2*	*2*	*2*	
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*2*	*2*	*2*	
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*2*	*2*	*2*	

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1: Воркаут как средство организации двигательной активности и физической подготовки	**2**	**2**	**2**	**2**	**10**	**32**		
2	Раздел 2: Упражнения общей и специальной физической подготовки	**2**	**2**	**2**		**8**	**30**		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра «Теории и методики футбола»
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
«Мини-футбол»
Направление подготовки: 49.03.04 - «Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт».

Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована

решением заседания кафедры «Теории и методики ФУТБОЛА»

Протокол № 5 от «21» сентября 2020 г.

Составитель: Шадрин Александр Сергеевич - старший преподаватель кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»
Орлов Алексей Викторович - кандидат педагогических наук, доцент кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»,

Рецензент:

_____

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

1. **Цель освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол»**

Целями освоения дисциплины «Мини-футбол» являются: ознакомление студентов с основами футбола как вида спорта, обеспечение прочного и сознательного овладения ими педагогическими знаниями, а также формирование готовности к профессиональной педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Основное внимание в процессе преподавания дисциплины направлено на усвоение студентами методики обучения и организации учебных занятий по мини-футболу с различным возрастом, контингентом, уровнем подготовленности занимающихся в средних общеобразовательных школах, колледжах, спортивных секциях, учреждениях спортивно-оздоровительной направленности. Дисциплина преподается и изучается на русском языке.

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

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Мини-футбол» относится к профессиональному циклу ООП. Она занимает важное место в подготовке бакалавров по направлению 49.03.04 – «Спорт» в рамках этого цикла и является интегративной дисциплиной, объединяющей в себе информационно-гностические компоненты таких учебных предметов как: основы теории физической культуры, педагогики, психологии, анатомии, физиологии, биохимии, биомеханики, спортивной медицины, спортивной гигиены. Строится на основе и с учётом их современных концепций, а также широко использует их понятийный аппарат. Дисциплина преподается и изучается на русском языке.

3. Перечень планируемых результатов обучения по элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная Форма обучения 1 поток	Очная Форма обучения 2 поток	Очная Форма обучения 3 поток	Заочная форма обучения
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **82 академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	*Занятия лекционного типа*	*Практические занятия*	*Самостоятельная работа*	Контроль	
1	Техника мини-футбола	II	II	II	**2**			**Подготовка и защита реферата**	*Опрос*
1.1	Техника игры	II	II	II	1				
1.2	Основы методики обучения и совершенствования техники	II	II	II	1				
2	Средства и методы технической подготовки футболистов	II	II	II		**6**	**32**	**Написание тестовых заданий**	Тестирование
2.1	Тактика игры	II	II	II		2	16		
2.2	Тактика игры в атаке	II	II	II		4	16		
3	Тактика игры в обороне	II	II	II		**12**	**30**	**Сдача практических нормативов**	*Сдача практических нормативов*
3.1	Основы методики обучения тактике	II	II	II		4	8		
3.2	Физические	II	II	II		4	12		

	подготовка								
3.3	Средства и методы общей физической подготовки	II	II	II		4	10		
Итого часов: 82					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Мини-футбол»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине «Мини-футбол»
(Приложения к рабочей программе дисциплины «Мини-футбол»

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Мини-футбол»
1. Знание основных вопросов теоретического курса программы (см. «Примерный перечень вопросов»).
2. Сдача нормативов по технике футбола (см. «Нормативы по технической подготовке»).
3. Выполнение самостоятельных работ (см. «Примерный перечень тем рефератов»).

При выполнении пунктов 1, 2 и 3 итоговая оценка - «зачёт».

Практические нормативы по технической подготовке:

- челночный бег 5х30 м. Выполняется с высокого старта. По команде «МАРШ», пробежать 30 м., коснуться земли за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать таким образом еще четыре отрезка по 30 м.

Тестирование специальной подготовленности

- бег 30 м. с ведением мяча. Выполняется с высокого старта. На дистанции спортсмен делает не менее трех касаний. Ведение осуществляется любым способом.
- ведение мяча по «восьмерке». Стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. В середине квадрата устанавливается пятая стойка. По сигналу надо

выполнить рывок с мячом от стойки 1 к стойке 2, обойти ее и далее вести мяч к стойке 3 и т.д., финишируя у стойки 1 (рис 1).

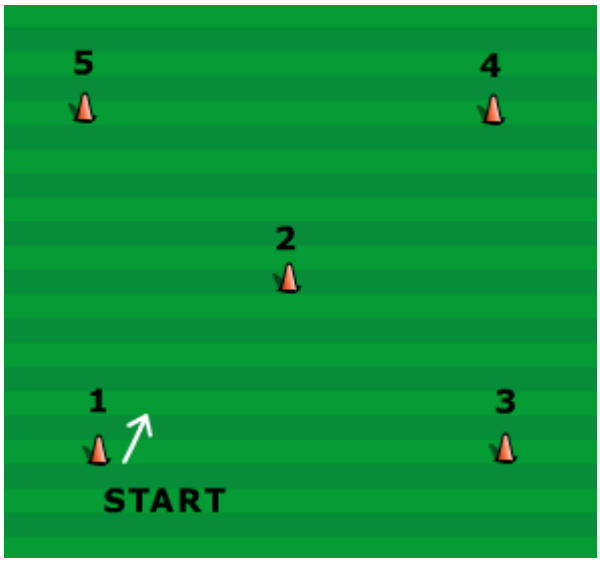

Рис.1. Ведение мяча по «восьмерке».

Тестирование технической подготовленности

- удары по воротам на точность. Должны выполняться по неподвижному мячу любой ногой с расстояния сначала 10 м., потом 14 м. от ворот. Выполняется по пять ударов с каждого расстояния

- ведение мяча и обводка стоек. Выполняется с линии старта, ведение 12 м., далее обвести змейкой 5 стоек (расстояние между стойками 2 м.) и с расстояния не ближе 8 м., забить мяч в ворота.

Темы рефератов

1) «Развитие мини-футбола с 1930 года до наших дней»
2) «Развитие и становление мини-футбола в СССР»
3) «Развитие и становление мини-футбола в Российской Федерации»
4) «Массовые соревнования по мини-футболу: организация и особенности проведения»
5) «Особенности методики судейства массовых соревнований по мини-футболу»
6) «Техника владения мячом: характеристика одного из приёмов остановки мяча (по выбору)»

7) «Техника владения мячом: характеристика одного из способов удара по мячу ногой (по выбору)»

8) «Техника владения мячом: характеристика одного из способов удара по мячу головой (по выбору)»

9) «Методические основы технической подготовки футболистов»

10) «Методика начального обучения техники владения мячом»

11) «Особенности технической подготовки вратаря»

12) «Методика начального обучения техники передвижения»

Примерный перечень вопросов по освоению дисциплины «Мини-футбол»:

1. Сведения об играх с мячом у различных народов в древнем мире и в средние века
2. Виды соревнований. Положение о соревнованиях, его значение и содержание
3. Системы розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определение мест в розыгрыше
4. Правила игры в футбол: их влияние на характер и содержание игры
5. Изложение основных положений из разделов правил игры
6. Роль и значение судьи. Руководство игрой. Обязанности судьи.
7. Понятие о технике. Классификация техники
8. 10.Техника передвижений и техника владения мячом
9. Виды ударов по мячу
10. Средства и методы технической подготовки футболистов
11. Последовательность обучения основным техническим приемам владения мячом
12. Обучение технике передвижений
13. Средства и методы тактической подготовки

14. Значение тактики и ее взаимосвязь с другими компонентами игры. Виды тактики в футболе
15. Средства и методы тактической подготовки
16. Характеристика физических качеств футболистов
17. Структура специальной физической подготовленности футболиста
18. Средства и методы специальной физической подготовки футболиста

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол»

Основная литература

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол (ФУТЗАЛ): учебник / Э. Г. Алиев, С. Н. Андреев, В. П. Губа,– М.: Советский спорт, 2012. - 554 с.:ил
2. Футбол: Учебник для институтов физической культуры. / Полишкис М.С., Выжгин В.А.-М.:Фагот,2010.-250 с, ил.

Дополнительная литература

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол: методическое пособие / Андреев С.Н., Левин В.С. – Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета»; 2004. – 496 с.
2. Андреев, С.Н. Мини-футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев – М.: Советский спорт, 2006. 224 с.
3. Андреев С.Н. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе (футзале): учебно-методическое пособие /С.Н. Андреев, Г.Н. Гарагуля. – М.: Советский спорт, 2011. – 120 с.
4. Волков, Н.И. Биохимия мышечной деятельности. / Волков Н.И. и др. – Киев: Олимпийская литература, 2000 – 496 с.
5. Годик, М.А. Спортивная метрология. Учебник для ин-тов физ. культуры. / М.А. Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.
6. Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе. Автореф. дисс… канд. пед. наук 13.00.04. / Головков Вадим Васильевич. Санкт.-Петер. Гос. унив. физ. культуры, - С-Пб., 2002 – 24 с.
7. Евсеев А.В. Педагогический контроль в мини-футболе : учебное пособие / Евсеев А.В., Симонов А.В. – Екатеринбург: УГУ, 2002 – 52 с.
8. Ежов П.Ф. Оценка тренировочных нагрузок спортсменов высокой

квалификации в мини-футболе: учебное пособие / П.Ф.Ежов. – Малаховка: МГАФК, 2006 – 85 с.

9. Лисенчук, Г.А. Система подготовки спортсменов высокой квалификации. – Киев: Здоровье, 1996 – 218 с.

1. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

http://www.uefa.com/ - Сайт Европейского футбольного союза

http://www.rfs.ru/ - Сайт Российского футбольного союза

http://www.amfr.ru/ - Сайт Ассоциации мини-футбола России

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплины «Мини-футбол», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1)Windows Professional, x64 Ed.;

2)Microsoft Office 2016;

3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);

4)Acrobat Reader DC.

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

1. Сервер дистанционного обучения МООДУС ГЦОЛИФК – http://www.moodus.sportedu.ru
2. Онлайн - библиотека по футболу – www.footballstudy.ru
3. Канал «Футбольная наука» - www.youtube.ru
4. http://www.sportedu.ru/
5. Информационно-правовой портал «Гарант». Интернет-версия www.garant.ru
6. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
7. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

7. Материально-техническое обеспечение элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол»:

1.Мультимедийные классы, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

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

3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Футбольный зал.

5. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий:

- Видеопроектор -3
- Ноутбук – 3
- Принтер – 3
- Сканер -1
- Копировальный аппарат Canon - 1.
- Стационарный компьютер - 5
- Телевизор - 1

6. Спортивный инвентарь и оборудование:

- мини-футбольные ворота
- гимнастические лавочки
- электронное табло
- футбольные мячи
- манишки
- фишки
- конусы
- стойки
- обручи

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

По элективной дисциплине по физической культуре и спорту «Мини-футбол» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.04 - «Спорт», очной формы обучения

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: «ТиМ футбола»

Сроки изучения дисциплины (модуля) «Мини-футбол»: II семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	*Посещение практических занятий*	*В течение семестра*	*10*
2	*Выполнение практического задания №1: «Физическая подготовка (челночный бег 5х30м)».*	*В течение семестра*	*20**
3	*Выполнение практического задания №2: «Техническая подготовка» (удары по воротам на точность, ведение мяча и обводка стоек)*	*В течение семестра*	*20**
4	*Выполнение практического задания №3: «Специальная подготовка» (бег 30м с ведением мяча, ведение мяча по «восьмерке»).*	*В течение семестра*	*20**
5	*Другие виды контроля*	*В течение семестра*	*30**
	ИТОГО		**100 баллов**

**примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Выполнение практического задания №1: «Физическая подготовка (челночный бег 5х30м)».*	*10*
2	*Выполнение практического задания №2: «Техническая подготовка» (удары по воротам на точность, ведение мяча и обводка стоек)*	*10*
3	*Выполнение практического задания №3: «Специальная подготовка» (бег 30м с ведением мяча, ведение мяча по «восьмерке»).*	*10*
4	*Тестирование по теме: «История развития и правила игры»*	*20*
5	*Написание и защита реферата по теме «История развития мини-футбола», пропущенным студентом*	*15*
7	*Презентация по теме «Мини-футбол»*	*15*
8	*Проведение подготовительной части урока*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

– Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от

максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

- Должны быть предусмотрены дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым студентом.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра «Теории и методики футбола»

АННОТАЦИЯК РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ « Мини-футбол»

Направление подготовки: 49.03.04 - «Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*

Год набора 2021, 2023, 2024 г.

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет *82 академических часа*.
2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** *2 семестр.*
3. **Цель освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол»**

Целями освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Мини-футбол» «Мини-футбол» являются: ознакомление студентов с основами футбола как вида спорта, обеспечение прочного и сознательного овладения ими педагогическими знаниями, а также формирование готовности к профессиональной педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта. Основное внимание в процессе преподавания дисциплины направлено на усвоение студентами методики обучения и организации учебных занятий по мини-футболу с различным возрастом, контингентом, уровнем подготовленности занимающихся в средних общеобразовательных школах, колледжах, спортивных секциях, учреждениях спортивно-оздоровительной направленности. Дисциплина преподается и изучается на русском языке.

4. **Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:**

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная Форма обучения 1 поток	Очная Форма обучения 2 поток	Очная Форма обучения 3 поток	Заочная форма обучения
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*2 семестр*	*2 семестр*	*2 семестр*	-

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	***Занятия лекционного типа***	***Практические занятия***	***Самостоятельная работа***	**Контроль**	
1	Техника мини-футбола	II	II	II	**2**			**Подготовка и защита реферата**	*Опрос*
1.1	Техника игры	II	II	II	1				
1.2	Основы методики обучения и совершенствования техники	II	II	II	1				
2	Средства и методы технической подготовки футболистов	II	II	II		**6**	**32**	**Написание тестовых заданий**	Тестирование
2.1	Тактика игры	II	II	II		2	16		
2.2	Тактика игры в атаке	II	II	II		4	16		
3	Тактика игры в обороне	II	II	II		**12**	**30**	**Сдача практических нормативов**	*Сдача практических нормативов*
3.1	Основы методики обучения тактике	II	II	II		4	8		
3.2	Физические подготовка	II	II	II		4	12		
3.3	Средства и методы общей физической	II	II	II		4	10		

	ПОДГОТОВКИ								
Итого часов: 82					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики индивидуально0игровых видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в обла физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовк индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в обла физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельно в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовк тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в обла физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастик «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слало Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в обла физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная фор обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культу спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;

Рабочая программа дисциплины
утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
ТиМ индивидуально-игровых
и интеллектуальных видов спорта
Протокол № 3 от «19» октября 2020 г.

Составитель: **Барчукова Галина Васильевна** – доктор педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта, Заслуженный работник высшей школы РФ, РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Настольный теннис»

Целью освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» является: формирование у студентов представления о настольном теннисе. Обучение технике игры в настольный теннис. Совершенствование общих и специальных физических качеств. Овладение умением организации и проведения соревнований по настольному теннису для различных слоев населения.

2. Место дисциплины Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Настольный теннис» в структуре ООП (ОПОП)

Настоящая учебная дисциплина является практической основой углубления профессиональной подготовки выпускника по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт». Данная дисциплина способствует расширению сферы применения профессиональных навыков и умений выпускника средствами настольного тенниса, что обусловлено взаимодействием теоретических и практических знаний и умений данной учебной дисциплины, а так же применением активных методов обучения в процессе учебной деятельности.

Программный материал дисциплины опирается на информацию, полученную студентами в результате освоения других предметов учебного плана вуза, что дает возможность строить программу на основе междисциплинарных связей.

В программе дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» определен перечень тем, обязательных для формирования и совершенствования профессиональных умений и навыков, необходимых в будущей практической (трудовой) деятельности выпускника по направлению 49.03.04 «Спорт».

3. Перечень планируемых результатов обучения по элективной дисциплине по физической культуре и спорту «Настольный теннис», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*
1	2	3	4	5
УК 7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*2*	*2*	*2*
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*	*2*	*2*	*2*
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности*	*2*	*2*	*2*

4.Структура и содержание дисциплины элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис»

Общая трудоемкость элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис» на очной форме обучения составляет, **82 академических часа**, из них 20 часов практических и 62 часа самостоятельных занятий.

Структура и содержание элективной дисциплины по физической культуре и спорту: настольный теннис»

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 1,2 и 3 потоки	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**1. Настольный теннис в системе физического воспитания России, история и перспективы развития**	**2**			**4**		
2	**2.Техника настольного тенниса**	**2**		**8**	**22**		
3	2.1.Основы техники игры в настольный теннис	**2**		4	10		
4	2.2.Методика обучения технике игры и передвижениям	**2**		4	12		
5	**3.Тактика настольного тенниса**	**2**		**6**	**18**		
6	3.1.Основы тактики игры в настольный теннис	**2**		2	8		
7	3.2.Тактика одиночных, парных и командных игр	**2**		4	10		
8	**4.Настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы**	**2**		**4**	**8**		
9	4.1.Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	**2**		2	2		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	**2**		2	6		
11	**5.Правила соревнований и методика судейства**	**2**		**2**	**10**		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика судейства соревнований	**2**		2	6		
13	5.2. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	**2**			4		
Итого часов: 82 часа				**20**	**62**		**зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис».

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис». (Приложение к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис».

Перечень видов оценочных средств, используемых для промежуточной аттестации.

Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»
Контрольный норматив выполнение подачи (5 справа, 5 слева)
Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали
Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали
Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали
Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали
Участие в одиночных соревнованиях
Участие в парных соревнованиях
Судейство соревнований
Проведение разминки

Вопросы для устного ответа на зачете

1.Расскажите о роли настольного тенниса в системе физического воспитания в нашей стране.

2.Расскажите о возникновении и развитии настольного тенниса.

3.Расскажите о развитии настольного тенниса в России.

4.Расскажите о настольном теннисе в Олимпийских играх.

5.Расскажите о современном состоянии и тенденциях развития настольного тенниса.

6.Назовите методы физического воспитания, используемые на учебном занятий по настольному теннису.

7.Приведите примеры использования практических методов на занятии по настольному теннису.

8.Приведите примеры использования наглядных методов на занятии по настольному теннису.

9.Приведите примеры использования словесных методов на занятии по настольному теннису.

10.Приведите примеры использования методов развития физических качеств на занятии по настольному теннису.

11.Расскажите о методике обучения срезке слева в настольном теннисе.

12. Расскажите о методике обучения срезке справа в настольном теннисе.

13.Расскажите о методике обучения накату справа в настольном теннисе.

14.Расскажите о методике обучения накату слева в настольном теннисе.

15.Расскажите о методике начального обучения настольному теннису.

16. Назовите основные документы, необходимые для организации и проведения соревнований по настольному теннису.

17. Расскажите об обязанностях главного судьи на соревнованиях по настольному теннису.

18. Дайте краткую характеристику обязанностей судейской коллегии на соревнованиях по настольному теннису.

19.Расскажите о системах проведения соревнований, используемых на соревнованиях по настольному теннису.

20.Какие пункты необходимо включить в положение о соревнованиях по настольному теннису.

21.Расскажите об обязанностях участника соревнований по настольному теннису.

22.Форма одежды участника соревнований по настольному теннису.

23.Виды соревнований в настольном теннисе.

24.Расскажите правила одиночной личной встречи в настольном теннисе.

25.Расскажите правила парной встречи в настольном теннисе.

26.Расскажите об инвентаре и оборудование, используемом для занятий настольным теннисом.

27.Виды планирования в настольном теннисе.

28.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием игрового метода обучения.

29.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием соревновательного метода обучения.

30.Составьте план-конспект урока по настольному теннису с использованием строгорегламентированного метода.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис».

а)Основная литература:

1. Барчуков, И.С. Основы физической культуры. Теория и методика. Курс лекций [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.В. Барчукова, Ю.Н. Назаров, И.С. Барчуков.— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2016 .— 296 с. — На обл. авт. не указаны .— ISBN 978-5-238-02790-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/359228

2. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: [учебник для вузов физ. культуры и спорта] / Л.П. Матвеев .— 6-е изд. — М. : Спорт, 2019 .— 344 с. — (Олимпийское образование) .— ISBN 978-5-907225-00-8 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/7041323.

4. Вартанян М.М., Терешкин Н.П. Российская энциклопедия настольного тенниса. – Изд. 2-е доп. – Магнитогорск: Магнитогорский Дом печати, 2014

5. Команов В.В., Барчукова Г.В. Начальная подготовка в настольном теннисе. Методическое пособие – М.: Информпечать, 2017.

б) Дополнительная литература:

1. Барчукова Г.В. Теория и методика настольного тенниса: учебник для студ. высш. учеб. заведений / Г.В Барчукова, В.М.М. Богушас, О.В.Матыцин; под. ред. Г.В.Барчуковой. – М.: Издательский центр «Академия», 2006

2. Барчукова Г.В. Настольный теннис для всех, М., ФиС, 2008

3. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Настольный теннис. Учебное пособие для студентов./ М.:ТВТ Дивизион, 2008

3. Барчукова Г.В. Учись играть в настольный теннис. / Г.В. Барчукова. - М., 1991

4. Матыцин О.В. Многолетняя подготовка юных спортсменов в настольном теннисе / О.В.Матыцин. – М.: Изд. «Теория и практика физической культуры», 2001

5. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / Ред.-составитель проф. Барчукова Г.В. – М.: СпортАкадемПресс, 2002

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

Справочно-информационные сайты:

http://www.ittf.com

http://www.fntr.ru

http://www.sportedu.ru

http://pgks.sportedu/ru/content/resurs-ttonmediothek-na-youtubecom

http://www/youtube.com/ttonmediothek

http://tabletennis.hobby.ru

http://www.rustt.ru

5. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис»

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

2. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированный зал настольного тенниса

Столы для настольного тенниса

Мячи для настольного тенниса

Сетки настольного тенниса

Ракетки для настольного тенниса

Медиатека: Видеоматериалы по технике и тактике игры

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по элективной дисциплине по физической культуре и спорту «Настольный теннис» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

профили: Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр очная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»	*2 неделя*	*5*
2	Контрольный норматив подачи (5 справа, 5 слева)	*4-5 неделя*	*5*
3	Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали	*6-7 неделя*	*5*
4	Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали	*8-9 неделя*	*5*
5	Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали	*10-11 неделя*	*5*
6	Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали	*12-13 неделя*	*5*
7	Участие в одиночных соревнованиях	*14-17 неделя*	*5*
8.	Участие в парных соревнованиях	*14-17 неделя*	*5*
9.	Судейство соревнований	*14-17 неделя*	*5*
10.	Проведение разминки	*3-17 неделя*	*5*
11.	Посещение занятий	*в течение семестра*	*30*
12.	***Зачёт***		***20***
13.	**ИТОГО**		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Написание реферата по теме «История, современное состояние и перспективы развития настольного тенниса»	*10*
2	Написание реферата по теме «Биография 3 известных спортсменов настольного тенниса»	*10*
3	Написание реферата по теме «Материально-техническое обеспечение в настольном теннисе»	*10*
4	Написание реферата по теме «Основные технические приемы настольного тенниса»	*10*
5	Подготовка конспекта урока с использованием средств настольного тенниса	*10*

[1] Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики индивидуально0игровых видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту

«Настольный теннис»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис» составляет 82 часа для очной формы обучения.

2.Семестр освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис»: 2 семестр очная форма обучения.

3.Цель освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис» сформировать у студентов представление о настольном теннисе. Обучение технике игры в настольный теннис. Совершенствовать общие и специальные физические качества. Овладение умением организации и проведения соревнований по настольному теннису для различных слоев населения.

4.Перечень планируемых результатов обучения по элективной дисциплине по физической культуре и спорту «Настольный теннис»»:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК 7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*2*	*2*	*2*
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*	*2*	*2*	*2*
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом*	*2*	*2*	*2*

	условий реализации социальной и профессиональной деятельности			

5.Краткое содержание элективной дисциплины по физической культуре и спорту «Настольный теннис»

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр 1,2 и 3 потоки	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**1. Настольный теннис в системе физического воспитания России, история и перспективы развития**	**2**			**4**		
2	**2.Техника настольного тенниса**	**2**		**8**	**22**		
3	2.1.Основы техники игры в настольный теннис	**2**		4	10		
4	2.2.Методика обучения технике игры и передвижениям	**2**		4	12		
5	**3.Тактика настольного тенниса**	**2**		**6**	**18**		
6	3.1.Основы тактики игры в настольный теннис	**2**		2	8		
7	3.2.Тактика одиночных, парных и командных игр	**2**		4	10		
8	**4.Настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы**	**2**		**4**	**8**		
9	4.1.Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	**2**		2	2		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	**2**		2	6		
11	**5.Правила соревнований и методика судейства**	**2**		**2**	**10**		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика судейства соревнований	**2**		2	6		
13	5.2. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	**2**			4		
Итого часов: 82 часа				**20**	**62**		**зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Спортивная йога»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры теории и методики гимнастики
Протокол № _3 от «23» сентября___2020 г.

Составитель:
Лисицкая Татьяна Соломоновна, к.б.н., профессор кафедры теории и методики гимнастики ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ

1. **Цель освоения дисциплины** курса по выбору для студентов **Б1.В.ДВ.02.11 «Спортивная йога»:** является в изучении практического учебного материала, расширяющего возможности будущего преподавателя физического воспитания в использовании средств различных направлений йоги, с целью повышения уровня двигательно-координационной подготовленности учащихся, занимающихся физической культурой в системе основного и дополнительного физкультурного образования, и формирования у них навыков выполнения спортивно-прикладных упражнений (асан) йоги, повышая интерес участием в соревнованиях по спортивной йоге.

Данная дисциплина реализуется на русском языке и проводится полностью в форме практической подготовки.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Спортивная йога» входит в цикл Б1.В.ДВ.02.11 (профессиональный цикл (Б1), вариативная часть (В), дисциплины по выбору (ДВ). Дисциплина «Спортивная йога», является логическим продолжением дисциплины «Фитнес-гимнастика», позволяя расширить и углубить теоретико-методические знания студентов в области методики обучения отдельным видам упражнений спортивно-прикладной и двигательно-развивающей направленности, их комплексного использования для проведения занятий в системе дополнительного физкультурного образования с лицами школьного, и студенческого возраста. Дисциплина даёт возможность повысить уровень двигательно-координационной и физической подготовленности студентов, стимулируя их интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения, полноценной социальной и профессиональной деятельности	2	2	2	-
УК-7.1	Знает: Способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.				
УК-7.2	Умеет: Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.				
УК-7.3	Владеет: Здоровьясберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2.5 **зачетные единицы**, 82 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток 2 семестр	*2 поток 2*	*3 поток 2*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	**Раздел 1.** Йога как спортивно-педагогическая дисциплина	2	2	2	2		6		
2	**Раздел 2.** Ознакомления с разновидностями асан различных направлений йоги	8	8	8		2	6		
3	Раздел **3.** Соревновательные упражнения йоги в положении сидя	8	8	8		2	6		
4	**Раздел 4**. Соревновательные упражнения йоги в упорах	8	8	8		2	6		
5	**Раздел 5.** Соревновательные элементы (асаны) упражнения йоги в положение стоя	8	8	8		2	6		
6	**Раздел 6.** Общая и специальная физическая подготовка в спортивной йоге	8	8	8		2	6		
7	**Раздел 7.** Составление соревновательных композиций	12	12	12		2	10		
8	**Раздел 8.** Организация и проведение соревнований.	10	10	10		2	8		
9	**Раздел 9.** Учебно-тренировочное занятие по спортивной йоге	12	12	12		4	8		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Практические занятия, включая семинарские, методические, преобладают в изучении данного курса. Они направлены на овладение общекультурными и профессиональными компетенциями по дальнейшему развитию спортивной йоги в России и эффективного средства оздоровления населения, проведению занятий тренировочно-спортивной и оздоровительной направленности, организации и судейству соревнований, анализу государственных программ. На практических занятиях происходит углубление знаний и формирование компетенций их применения в реальной практике, проводят коллективное обсуждение и индивидуальное творческое осмысление теоретического материала на базе самостоятельного изучения рекомендованной литературы, консультируют, обсуждают и оценивают самостоятельную работу студентов, что обеспечивает подготовку выпускника к самостоятельной профессиональной деятельности.

Внеаудиторная самостоятельная работа занимает особое место в овладении изучаемым курсом. Самостоятельная работа проводится по каждому разделу дисциплины и включает самостоятельное выполнение контрольно-тестовых практических заданий, подготовку к проведению зачетных занятий, решение конкретных профессионально-ориентированных задач, подготовку к судейству соревнований. Контроль самостоятельной работы осуществляют в форме отчетов по каждому самостоятельно выполненному заданию на консультациях и в процессе аудиторных занятий, отводя на это не более 10% аудиторного времени.

Перечень примерных заданий для самостоятельной работы

1. Объясните, в чем заключается специфика спортивной йоги и разновидности её развития как вида спорта. Основные тенденции развития современной спортивной йоги и перспективы роста соревновательных достижений спортсменов.
2. Составьте развёрнутый конспект комплекса общеразвивающих упражнений общегигиенической и специальной направленности для подготовительной части занятия спортивной йогой.
3. Опишите технику выполнения и раскройте последовательность разучивания базовых асан лежа (по выбору). Укажите основные ошибки, встречающиеся при разучивании данных элементов, и перечислите методические приёмы их исправления. Назовите приёмы оказания помощи и страховки.
4. Опишите технику выполнения и раскройте последовательность разучивания асан в положении стоя. Укажите основные ошибки, встречающиеся при разучивании данных элементов, и перечислите методические приёмы их исправления. Назовите приёмы оказания помощи и страховки.
5. Опишите технику выполнения и раскройте последовательность разучивания асан в упорах. Укажите основные ошибки, встречающиеся при разучивании данных элементов, и перечислите методические приёмы их исправления. Назовите приёмы оказания помощи и страховки.
6. Опишите технику выполнения и раскройте последовательность разучивания перевернутых поз (асан). Укажите основные ошибки, встречающиеся при разучивании данных элементов, и перечислите методические приёмы их исправления. Назовите приёмы оказания помощи и страховки.
7. Опишите технику выполнения и раскройте последовательность разучивания асаны на равновесие (по выбору). Укажите основные ошибки, встречающиеся при разучивании данного элемента, и перечислите методические приёмы их исправления. Назовите приёмы оказания помощи и страховки.

8. Опишите биомеханические закономерности техники статических и динамических асан.

9. Раскройте требования, предъявляемые к составлению соревновательных композиций.

Примерная тематика рефератов

1.Возникновение и развитие йоги в мире.

2.Развитие йоги в России, как одного из средств физического воспитания.

2. Обеспечение безопасности на занятиях йогой.

3. Парные упражнения в йоге.

4. Биомеханические закономерности техники выполнения асан в парах.

5. Психофизические качества, наиболее важные для освоения асан и методы их совершенствования.

6. Виды страховки и помощи в йоге и применение дополнительного малого оборудования. Их роль в обучении статическим, балансовым и динамическим элементам.

7. Основы правил соревнований по спортивной йоге и критерии оценки исполнения, трудности и композиции комбинаций.

8. Особенности физической подготовки занимающихся йогой.

9. Особенности психологической подготовки занимающихся йогой.

10. Обеспечение безопасности занятий при выполнение асан повышенной сложности.

11. Значение и место йоги в системе физического воспитания школьников.

12. Характеристика асан, используемых в программе по физической культуре для учащихся общеобразовательной школы, их спортивное и прикладное значение.

13. Различные направления йоги в студиях и фитнес-клубах.

14. Организация проведения соревнований по спортивной йоге.

Примерный перечень вопросов к зачёту

1. Раскройте значение и место йоги в системе физического воспитания населения.

2. Перечислите и охарактеризуйте разновидности различных направлений йоги.

3. Раскройте значение йоги, как важнейшего средства в оздоровлении населения.

4. Дайте характеристику базовым асанам Хатха-йоги, как они классифицируются и какие педагогические задачи решают?

5. Перечислите и дайте характеристику подготовительным упражнениям, используемым в начальной подготовке в спортивной йоги.

6. Опишите технику и раскройте методику обучения стойке на голове.

7. Опишите технику и раскройте методику обучения различных упоров на руках.

8. Опишите технику и раскройте методику обучения комбинации «приветствие солнцу».

9. Опишите технику и раскройте методику обучения перевернутым позам (асанам).

10. Опишите технику и раскройте методику обучения дыхательным упражнениям (пранаяма) при выполнении силовых упражнений.

11. Опишите технику и раскройте методику обучения равновесным асанам.

12. Опишите технику и раскройте методику обучения поддержкам на коленях в парной йоге.

13. Возможно ли похудеть занимаясь йогой.

14. Раскройте последовательность этапов процесса обучения упражнений йоги в упорах.

15. Дайте характеристику упражнениям на гибкость с целью совершенствования асан.

16. Дайте характеристику общим основам балансирования и способам балансирования в парных упражнениях

17. Спортивно-технические особенности асан со скручиванием.

18. Расскажите о причинах травматизма и мерах их предупреждения на занятиях.

19. Охарактеризуйте основные требования к страховке и помощи при обучении асанам в упорах на руках.

20. Расскажите о видах помощи и страховки, используемых при обучении асанам повышенной сложности. Перечислите известные вам приёмы оказания помощи.

21. Перечислите страховочные средства, используемые для обеспечения безопасности при обучении перевернутым асанам.

22. Расскажите о средствах и методах воспитания двигательно-координационных способностей на занятиях йогой.

23. Расскажите о средствах и методах воспитания силовых способностей на занятиях йогой.

24. Расскажите о средствах и методах воспитания специальной выносливости и гибкости на занятиях йогой.

25. Дайте характеристику этапу начального разучивания асан йоги. Расскажите об основных задачах данного этапа, направленности педагогических действий и основных методах обучения.

26. Дайте характеристику этапу углублённого разучивания асан. Расскажите об основных задачах данного этапа, направленности педагогических действий и основных методах обучения.

27. Дайте характеристику этапу закрепления и совершенствования асан. Расскажите об основных задачах данного этапа, направленности педагогических действий и основных методах обучения.

28. Перечислите и охарактеризуйте факторы, стимулирующие интерес к занятиям йогой?

29. Перечислите и охарактеризуйте факторы, снижающие общую плотность занятия спортивной йогой?

30. Цель и задачи соревнований по спортивной йоге. Обязанности судей различного уровня.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

Список рекомендованной литературы.

а) Основная литература:

1. Бокатов А., Сергеев С. Детская йога.Киев. Ника-Центр. 1999. – 237 с.

2. Браун К. Йога общее руководство – М. «Кладезь – Букс», 2008. – 400с.: ил.

3. Каминофф Лесли. Анатомия йоги – Минск. «Минская фабрика цветной печати», 2009. – 240с.: ил.

4. Лайделл Л., Рабинович Н. Рабинович Г. Новая книга по йоге: Поэтапное руководство. М.: ФАИС-ПРЕСС, 1. Белая Т., Белый П. Анатомия йоги – Ростов на Дону. «Феникс», 2008. – 159с.: ил.

5. Лаппа А. Йога традиция единения / А. Лаппа. - 5-е изд. испр. и доп. – М. : М: ООО Издательский до м «София», 2006, - 384 с.

5. Лисицкая Т. Ваш путь к стройности, здоровью и долголетию / Т. Лис ицкая, Л. Меркулова. – Москва 6 Мир и Образование, -2019. – 320 с.

5. Сидорцов С. (Рыба). Интегральный тренинг / С. Сидорцов (Рыба), М. Ясочка. – Киев: Ника-Центр, 2000. -192 с.

6. Фразер Тара. Йога для вас. Полное руководство для самостоятельных занятий – М. ЗАО «БММ», 2007. – 144с.: ил.

7.Эберт Д. Физиологические аспекты йоги. / Перевод с немецкого Р.С. Минвалеева/.-Спб., 1999. - 160 с.: ил.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

https://www.oum.ru/yoga/

https://yogacenter.ru/cho-takoe-yoga

https://miryogi.com/znaniya/osnovy-yogi

https://russianyogafederation.ru/o-yoga-sporte.html

https://mystroimmir.ru/yoga/sportsmen.html

8. Алаева, Л.С. Гимнастика: общеразвивающие упражнения: / Л.С.Алаева, К.Г.Клецов, Т.И.Зябрева; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,

Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. – Омск: Издательство СибГУФК, 2017. – 72 с. URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483271

б) Дополнительная литература:

1. Козлов, В.В. Акробатика для всех [Электронный ресурс]: лекция по теории и методике спортивной акробатики/В.В. Козлов. - М.: РГУФКСМиТ, 2017 .— 39 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/637420

2. Поздеева, Е.А. Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения: / Е.А. Поздеева, Л.С. Алаева; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики гимнастики и режиссуры. – Омск: Издательство СибГУФК, 2017. – 100 с.: ил. URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483425

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

1. http://www.edu.ru/ – «Российское образование» – федеральный портал.

www.acrobatica-russia.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики России.

2. www.acrobatica-moscow.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики Москвы.
3. http://минобрнауки.рф/ – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
5. http://www.rosmintrud.ru/ – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
6. http://minstm.gov.ru/ – сайт Министерства спорта Российской Федерации.
7. www.cpm.dogm.mos.ru// – сайт ГАОУ ДПО Центр педагогического мастерства г.Москвы.
8. www.vos.olimpiada.ru/ - сайт Всероссийской олимпиады школьников в г.Москве.

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая

перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:

1) Windows Professional, x64 Ed.;
2) Microsoft Office 2016;
3) Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4) Acrobat Reader DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/;
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/;
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/;
6. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Комплект стандартного оборудования гимнастического зала:

- коврики для йоги;
- ремни, веревки, мешки;
- болстеры, одеяла, подушки;
- блоки и кирпичи;
- стул для йоги.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.В.ДВ.01.11 «Спортивная йога» *для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки* 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины: очная форма: 2 семестр – 1, 2, 3 потоки;

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Тест по теме/модулю (история йоги).		*10*
2	Выполнение практического задания по разделу «приветствие солнцу»		*10*
3	Выполнение практического задания по разделу «позы в положении стоя»		*10*
4	Выполнение практического задания по разделу «перевернутые позы»		*20*
5	Выполнение практического задания «Конспект и проведение тренировочного занятия по спортивной йоге»		*10*
6	Написание реферата		*10*
7	Посещение занятий		*10*
8	Зачет		*20*
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по разделу: «Методика обучения асанам, входящим в программу спортивной йоги»	*10*
2	Написание реферата по теме: «Йога: история и развитие»	*10*
3	Написание реферата по теме: «Характеристика основных направлений йоги»	*10*
4	Написание развернутого конспекта по теме: Проведение урока йоги в общеобразовательной школе	*11*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.

Количество баллов в заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 41 балла (по основным или дополнительным видам заданий), имея возможность, сдав зачет на «отлично» (20 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики гимнастики

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Спортивная йога»

Курс по выбору для студентов

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет *3* зачетные единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины: очная форма:** 5 семестр - 2 поток; 6 семестр - 1 и 3 потоки; заочная форма – 7 и 8 семестры

3. **Цель освоения дисциплины:** изучение практического учебного материала, расширяющего возможности будущего преподавателя физического воспитания в использовании средств гимнастики и акробатики, с целью повышения уровня двигательно-координационной подготовленности учащихся, занимающихся физической культурой в системе основного и дополнительного физкультурного образования, и формирования у них навыков выполнения спортивно-прикладных акробатических упражнений.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7 УК-7.1	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения, полноценной социальной и профессиональной деятельности Знает: Способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.	2	2	2	-

УК-7.2	Умеет: Использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.				
УК-7.3	Владеет: Здоровьясберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток 2 семестр	*2 поток 2*	*3 поток 2*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1.** Йога как спортивно-педагогическая дисциплина	2	2	2	2		6		
2	**Раздел 2.** Ознакомления с разновидностями асан различных направлений йоги	8	8	8		2	6		
3	Раздел **3.** Соревновательные упражнения йоги в положении	8	8	8		2	6		

	сидя								
4	**Раздел 4**. Соревновательные упражнения йоги в упорах	8	8	8		2	6		
5	**Раздел 5.** Соревновательные элементы (асаны) упражнения йоги в положение стоя	8	8	8		2	6		
6	**Раздел 6.** Общая и специальная физическая подготовка в спортивной йоге	8	8	8		2	6		
7	**Раздел 7.** Составление соревновательных композиций	12	12	12		2	10		
8	**Раздел 8.** Организация и проведение соревнований.	10	10	10		2	8		
9	**Раздел 9.** Учебно-тренировочное занятие по спортивной йоге	12	12	12		4	8		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
Теории и методики велосипедного,
мотоциклетного и автомобильного спорта
Протокол № 2 от «12» октября 2020г.

Составители:
Захаров Андрей Анатольевич, к.п.н., профессор, заведующий кафедрой, кафедра теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта;
Дышаков Алексей Сергеевич, к.п.н., доцент кафедры, кафедра теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта.

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Б1.В.ДВ.02.12 «Велосипедный спорт» является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.04 «Спорт», необходимого для формирования у обучающихся базовых знаний об организации и проведении физкультурно-массовой работы с использованием велосипедов для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека. Данная программа реализуется на русском языке.

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

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту Б1.В.ДВ.02.12 «Велосипедный спорт» относится к профессиональному циклу, вариативной части ООП. Данная дисциплина ориентирована на запросы детско-юношеского спорта, массового спорта, адаптивного и кондиционного спорта, а также на рекреационную и оздоровительную физическую культуру.

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

Шифр компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**	
	наименование	**Очная форма обучения**	**Заочная форма обучения**
1	**2**		
УК-7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*2 семестр (1,2,3 поток)*	
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*		
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности*		
УК-7.3	*Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*		

4.Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	2 поток	3 поток	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1. Введение в дисциплину велосипедный спорт.**	**2**	**2**	**2**	**2**	**3**	**12**		
1.1	1.1. Краткая история развития велосипедного спорта	**2**	**2**	**2**	1	1	4		
1.2	1.2. Классификация и общая характеристика видов и дисциплин велосипедного спорта	**2**	**2**	**2**	1	1	4		
1.3	1.3. Характеристика трасс и сооружений для занятий велосипедным спортом	**2**	**2**	**2**		1	4		
2	**Раздел 2. Материально техническое обеспечение в велосипедном спорте**	**2**	**2**	**2**		**3**	**12**		
2.1	2.1. Классификация и краткая характеристика велосипедов	**2**	**2**	**2**		1	4		
2.2	2.2. Экипировка спортсменов в различных дисциплинах велосипедного	**2**	**2**	**2**		1	4		

	спорта								
2.3	2.3. Технические характеристики и ремонт велосипеда	**2**	**2**	**2**		1	4		
3	**Раздел 3. Техника велосипедного спорта**	**2**	**2**	**2**		**5**	**20**		
3.1	3.1. «Посадка» велосипедиста	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.2	3.2. Техника педалирования	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.3	3.3.Техника езды по шоссе	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.4	3.4 Техника езды по пересечённой местности.	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.5	3.5. Техника прохождения спусков, поворотов, препятствий	**2**	**2**	**2**		1	4		
4	**Раздел 4. Методика обучения технике велосипедного спорта**	**2**	**2**	**2**		**7**	**18**		
4.1	4.1. Методика начального обучения езде на велосипеде	**2**	**2**	**2**		2	5		
4.2	4.2. Методика обучения технике педалирования на велосипедном станке	**2**	**2**	**2**		2	4		
4.3	4.3. Методика обучения прохождения спусков, подъемов, поворотов, препятствий	**2**	**2**	**2**		2	5		
4.4	4.4. Методика обучения технике езды по пересечённой местности	**2**	**2**	**2**		1	4		
Итого за 4 семестр: 82 академических часа					**2**	**18**	**62**		**зачет**

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

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

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

Вопросы для устного ответа:

1. В каком тысячелетии человек начал использовать предмет, ставший прототипом колеса?
2. Какой из предметов стал предшественником колеса?
3. На эскизах какого известного художника впервые был изображён прообраз велосипеда?
4. Дайте краткую хронологию и совершенствование конструкции и устройства велосипеда?
5. Перечислите Российских изобретателей «самобеглых» колясок и самокатов?
6. Перечислите зарубежных изобретателей велосипедов и назовите их изобретения?
7. Дайте характеристику устройству «самобеглой» коляски Л. Л. Шамшуренкова?
8. Дайте характеристику устройству самодвижущегося экипажа (самокатки) И.П. Кулибина?
9. Дайте характеристику устройству двухколесного самоката Е.М. Артамонова?
10. Объясните происхождение слова «Велосипед»?
11. Перечислите дисциплины, по которым проходят соревнования по велосипедному спорту?
12. Перечислите дисциплины велосипедного спорта, включённые в программу летних Олимпийских и Параолимпийских игр?
13. Перечислите и дайте краткую характеристику дисциплинам велосипедных гонок, проходящих на шоссе?

14. Перечислите дисциплины велосипедных гонок, проходящих на велотреке?

15. Дайте характеристику спринтерским дисциплинам велосипедных гонок на велотреке?

16. Дайте характеристику темповым дисциплинам велосипедных гонок на велотреке?

17. Перечислите виды велосипедных гонок входящих в группу дисциплин маунтинбайк (MTB)?

18. Дайте характеристику дисциплинам велогонок «кросс-кантри»?

19. Перечислите виды велосипедных соревнований, входящих в группу дисциплин BMX?

20. Дайте характеристику соревнованиям по велоспорту – BMX?

21. Перечислите спортивные сооружения (трассы) для проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта?

22. Дайте характеристику спортивным сооружениям для проведения велогонок на треке?

23. Перечислите и кратко охарактеризуйте требования к трассам для проведения велогонок на шоссе?

24. Перечислите и дайте краткую характеристику спортивным сооружениям и структурным элементам для проведения соревнований по BMX-гонкам?

25. Перечислите и дайте краткую характеристику спортивным сооружениям и структурным элементам для проведения соревнований по BMX-фристайлу?

26. Перечислите и дайте краткую характеристику спортивным трассам и структурным элементам для проведения соревнований по маунтинбайку?

27.Перечислите основные типы велосипедов, используемые в современном обществе?

28.Дайте краткую характеристику велосипедам, использующимся в гонках на шоссе?

29.Дайте краткую характеристику велосипедам, использующимся в гонках на велотреке?

30.Дайте краткую характеристику велосипедам, использующимся в BMX – гонках?

31.Дайте краткую характеристику велосипедам, использующимся в гонках кросс-кантри?

32.Дайте краткую характеристику велосипедам, использующимся для установления рекордов скорости?

33.Перечислите экипировку велосипедиста, использующуюся в гонках на шоссе и велотреке?

34. Перечислите экипировку велосипедиста, использующуюся в экстремальных дисциплинах велосипедного спорта?

35. Перечислите и дайте характеристику основным узлам велосипеда, назовите конструктивные особенности велосипедов для различных дисциплин велосипедного спорта?

36. Перечислите требования техники безопасности при проведении занятий с использованием велосипеда?

37. Назовите основные операции при подготовке велосипеда к практическому использованию?

38. Перечислите и дайте характеристику спортивным трассам и спортивным сооружениям предназначенных для проведения соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта?

39. Перечислите и дайте характеристику экипировки спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта?

40. Дайте определение понятию «посадка велосипедиста», перечислите разновидности посадки и охарактеризуйте их?

41. Дайте определение понятию «педалирование» в велосипедном спорте и охарактеризуйте данный процесс?

42. Перечислите и дайте краткую характеристику базовым техническим элементам велосипедного спорта?

43. Дайте характеристику начального обучения езде на велосипеде, перечислите последовательность процесса обучения базовым элементам техники в велоспорте?

Практические задания:

1. Выполнение на площадке базовых элементов техники велосипедного спорта: техника начала движения («трогание» с места), прямолинейная езда, техника остановки (торможение), проезд по узкому коридору, объезд серии препятствий (змейка), техника поворота (левый, правый), техника разворота (восьмёрка), проезд по узкой колее (проезд по доске), преодоление препятствия;
2. Выполнение заданий по технике езды по пересечённой местности: прохождения спуска, прохождения подъема, прохождение поворота;
3. Выполнение заданий по обучению технике педалирования на велосипедном станке;
4. Выполнение практического задания по определению технических характеристик и ремонту велосипеда.
5. Участие в массовом спортивном соревновании «Фигурная езда на велосипеде».

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

а) Основная литература:

1.Ковылин, М.М. Формирование методики обучения и тренировки в велосипедном спорте (1883-1917): учеб. пособие для вузов физ. культуры: доп. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 49 с.: ил.

2. Совндаль, Ш. Анатомия велосипедиста / Шеннон Совндаль; предисл. Кристина Ванде Вельде. - Минск: Поппури, [2011]. - 199 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Архипов, Е.М. Велосипедный спорт / Архипов Евгений Михайлович, Седов Аркадий Васильевич. - М.: ФиС, 1990. - 142 с.: ил. - (Спорт для всех).

2. Захаров, А.А. Тактическая подготовка велосипедиста: учеб. пособие для вузов физ. культуры / Захаров А.А.; РГАФК. - М.: ФОН, 2001. - 62 с.: ил.

3. Ковылин, М.М. Велоподготовка в системе всеобщего непрерывного физического воспитания - механизм формирования психофизического здоровья личности: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 300 с.

4. Ковылин, М.М. Велосипедный спорт и системные основы оптимального управления: монография / М.М. Ковылин, А.А. Передельский. - Смоленск: [Изд-во Смол. гор. тип.], 2012. - 188 с.

5. Ковылин, М.М. Совершенствование конструкций велосипеда в России (1800-1917): метод. рекомендации федер. компонента цикла СД ГОС по специальности 032101.65 / [М.М. Ковылин, Г.М. Мартынов]; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 186 с.: ил.

6.Полищук, Д.А. Велосипедный спорт. - Киев: Олимпийская лит., 1997. - 343 с.: ил.

7. Попков, В.Н. Отбор и контроль в юношеском велоспорте : [монография] / В.Н. Попков ; Гос. Ком. РФ по физ. культуре и туризму, Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск, 2001. - 195 с.

8. Селуянов, В.Н. Биомеханические основы совершенствования эффективности техники педалирования: учеб. пособие для студентов и слушателей фак. повышения квалификации ГЦОЛИФКа / Селуянов В.Н., Яковлев Б.А.; ГЦОЛИФК. - М., 1985. - 60 с.

9. Стромов, А.П. Особенности подготовки велосипедистов 10-12 лет : метод. рекомендации / [А.П. Стромов, В.А. Зырянов] ; Сиб. гос. акад. физ. культуры. - Омск: [Изд-во СибГАФК], 2003. - 24 с.

10. Стромов, А.П. Подготовка спорсменов в ДЮСШ и СДЮШОР по велосипедному спорту в гонках на шоссе и треке : [учеб.-метод.

пособие] / А.П. Стромов ; Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - М.: [Изд-во СибГУФК], 2008. - 99 с.: табл.

11.Фрил Дж. Библия велосипедиста = The cyclist's training bible / Джо Фрил ; пер. с англ. Павла Миронова. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2011. - 418 с.: ил.

12. Илюхин А.А. Школа велокросса: учеб. пособие / А.А. Илюхин ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 125 с.

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

1. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС https://www.rucont.ru
2. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ https://www.rsl.ru
3. Официальный сайт ООО Федерация велосипедного спорта России https://fvsr.ru/
4. Официальный сайт международного союза велосипедистов (UCI) https://uci.ch/

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

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

–программное обеспечение дисциплины:

1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

2. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

3.Велосипеды шоссейные – 10 шт;

4.Велосипеды МТБ – 20 шт;

5.Велостанок роллерный 10 шт;

6.Велостанок под заднее колесо – 2 шт;

7.Стойки для ремонта велосипеда – 1 шт;

8.Набор инструментов для ремонта велосипеда – 1шт;

9.Стенд для проведения лабораторных и практических заданий по теме: «Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте» - 1 шт;

10.Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) элективная дисциплина по физической культуре и спорту Б1.В.ДВ.02.12* «Велосипедный спорт» *для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки/ специальность 49.03.04 «Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «История велосипедного спорта»	2 неделя	*10*
2	Защита реферата на тему: «Классификация и общая характеристика видов и дисциплин велосипедного спорта»	3 неделя	5
3	Защита реферата на тему «Характеристика трасс и сооружений для занятий велосипедным спортом»	4 неделя	*5*
4	Защита реферата на тему «Экипировка спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта»	5 неделя	*5*
5	Выступление на семинаре по теме: «Классификация и краткая характеристика велосипедов»	6 неделя	5
6	Выполнение практического задания по теме: «Посадка» велосипедиста»	7 неделя	5
7	Выполнение практического задания по теме «Техника педалирования.	7 неделя	5
8	Выполнение практического задания «Начальное обучение езде на велосипеде»	8 неделя	10
9	Выполнение практического задания Технические характеристики и ремонт велосипеда»	9 неделя	*10*
10	Выполнение практического задания: техника езды по пересечённой местности.	10 неделя	10
11	Посещение занятий	*В течение семестра*	*10*
12	**Зачет по дисциплине**		*20*
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольная работа по теме «История велосипедного спорта».	*10*
2	Написание реферата по теме «Экипировка спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта».	5
3	Презентация по теме «Характеристика трасс и сооружений для занятий велосипедным спортом».	*5*
4	Выступление на семинаре по теме: «Классификация и общая характеристика видов и дисциплин велосипедного спорта».	*5*
5	Выполнение практического задания Технические характеристики и ремонт велосипеда».	*10*
6	Выполнение практического задания по теме: «Посадка» велосипедиста».	5
7	Выполнение практического задания по теме «Техника педалирования».	5
8	Выполнение практического задания «Начальное обучение езде на велосипеде».	10
9	Выступление на семинаре по теме: «Классификация и краткая характеристика велосипедов».	5
10	Выполнение практического задания: техника езды по пересечённой местности.	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитанияКафедра теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по иду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в област физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической ультуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и порта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физическої культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области изической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах ыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по вид спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельнос области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическа деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** ортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта **(очная форма обучения)**

ортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 2 (1, 2, 3 потоки)

Цель освоения дисциплины (модуля): Б1.В.ДВ.02.12 «Велосипедный спорт» является изучение учебно-практического материала для подготовки бакалавров по направлению 49.03.04 «Спорт», необходимого для формирования у обучающихся базовых знаний об организации и проведении физкультурно-массовой работы с использованием велосипедов для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения, в том числе инвалидов, на всех этапах возрастного развития человека. Данная программа реализуется на русском языке.

1.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):

Шифр компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**	
	наименование	**Очная форма обучения**	**Заочная форма обучения**
1	**2**		
УК-7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*2 семестр (1,2,3 поток)*	
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*		
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности*		
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности		

2.Краткое содержание дисциплины (модуля):

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	2 поток	3 поток	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1. Введение в дисциплину велосипедный спорт.**	**2**	**2**	**2**	**2**	**3**	**12**		
1.1	1.1. Краткая история развития велосипедного спорта	**2**	**2**	**2**	1	1	4		
1.2	1.2. Классификация и общая характеристика видов и дисциплин велосипедного спорта	**2**	**2**	**2**	1	1	4		
1.3	1.3. Характеристика трасс и сооружений для занятий велосипедным спортом	**2**	**2**	**2**		1	4		
2	**Раздел 2. Материально техническое обеспечение в велосипедном спорте**	**2**	**2**	**2**		**3**	**12**		
2.1	2.1. Классификация и краткая характеристика велосипедов	**2**	**2**	**2**		1	4		
2.2	2.2. Экипировка спортсменов в различных дисциплинах велосипедного спорта	**2**	**2**	**2**		1	4		
2.3	2.3. Технические характеристики и ремонт велосипеда	**2**	**2**	**2**		1	4		
3	**Раздел 3. Техника велосипедного спорта**	**2**	**2**	**2**		**5**	**20**		

3.1	3.1. «Посадка» велосипедиста	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.2	3.2. Техника педалирования	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.3	3.3.Техника езды по шоссе	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.4	3.4 Техника езды по пересечённой местности.	**2**	**2**	**2**		1	4		
3.5	3.5. Техника прохождения спусков, поворотов, препятствий	**2**	**2**	**2**		1	4		
4	**Раздел 4. Методика обучения технике велосипедного спорта**	**2**	**2**	**2**		**7**	**18**		
4.1	4.1. Методика начального обучения езде на велосипеде	**2**	**2**	**2**		2	5		
4.2	4.2. Методика обучения технике педалирования на велосипедном станке	**2**	**2**	**2**		2	4		
4.3	4.3. Методика обучения прохождения спусков, подъемов, поворотов, препятствий	**2**	**2**	**2**		2	5		
4.4	4.4. Методика обучения технике езды по пересечённой местности	**2**	**2**	**2**		1	4		
Итого за 4 семестр: 82 академических часа					**2**	**18**	**62**		**зачет**

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

Институт Физической культуры и спорта
Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

« Бокс»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и порта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины **«Бокс»**
утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
(наименование)
Протокол № 2 от « 24 » сентября 2020 г.

Составитель:
Горбачев Станислав Сергеевич – кандидат педагогических наук, доцент, зав. кафедрой ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

1. Целью курса «Физическая культура. Бокс» является ознакомление (теоретическое и практическое) с основами техники, тактики, физической и психологической подготовки, организации проведения соревновательных поединков по боксу, направленное на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов.

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

Дисциплина «Б1.В.ДВ.02.13 - Бокс» является элективной дисциплиной 1 блока. Направлена на последовательное и методичное формирование у студентов профессионально-педагогического мастерства (комплекса общекультурных, профессиональных и учебных компетенций).

Особенностью изучаемой дисциплины является ее акцент на развитие творческих способностей и обеспечение высокого уровня общекультурных и профессиональных компетенций, обеспечивающих готовность к профессиональной деятельности, базирующейся на изучении закономерностей адаптации организма занимающихся к данному виду спорта. Освоение курса включает в себя подготовку к выполнению требований по изучению вида спорта «Бокс».

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**1 поток**	**2 поток**	**3 поток**
1	**3**	**5**	**6**	**7**
УК-7	**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	**3**	**3**	**3**
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила	**3**	**3**	**3**

	соблюдения норм здорового образа жизни			
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	**З**	**З**	**З**
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**З**	**З**	**З**

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.1	Введение в дисциплину	**З**		1	1		
1.2	История бокса. Развитие бокса в мире и в России				1		
1.3	Техника безопасности			2	2		
	Оказание первой помощи				2		
	Профилактика травм				2		
2.1	Одежда боксера			1	1		
2.2	Аксессуары				1		
2.3	Инвентарь				1		
3.1	Мешки				1		
3.2	Выбор мешков				1		
4.1	Основы техники в боксе		1	2	2		
4.2	Техника прямых ударов				2		
4.3	Техника боковых ударов				2		
4.4	Техника ударов снизу				2		
4.5	Техника повторных ударов. Удары ногами			1	2		

4.6	Техника двойных ударов			2	2		
4.7	Техника серийных ударов				3		
4.8	Техника ударов из нестандартных положений			2	3		
4.9	Техника однотипных ударов				2		
5.1	Обучение технике двойных ударов			2	2		
5.2	Обучение технике серийных ударов				3		
6.2.1	Защиты		0,5	2	2		
6.4.1	Техника защит				2		
6.4.2	Техника защит руками				2		
7.1	Техника защит туловищем				2		
9.1	Тактика			2	2		
9.2	Тактика турнира				2		
9.3	Тактика раунда				2		
9.4	Тактика ведения боя				3		
9.5	Психологическая подготовка		0,5	1	5		
	Всего за 3семестр:	**82**	**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

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

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

Вопросы к зачету (2 курс)

1. Бокс как средство физического воспитания и вид спорта. Краткая характеристика
2. Этапы развития бокса. Зарождение. Современное состояние. Тенденции развития
3. География бокса. Любительский и профессиональный бокс
4. Основные требования техники безопасности при занятиях боксом
5. Первая помощь при травмах различной степени сложности
6. Форма. Требования к форме.
7. Инвентарь при занятиях боксом
8. Характеристика перчаток при занятиях боксом
9. Характеристика набивных мячей, снарядов при занятиях боксом

10. Основы техники в боксе. Ее характеристика (степень освоения, эффективность, разнообразие)
11. Биомеханика техники бокса
12. Активность в технике бокса
13. Техника прямых ударов в боксе
14. Техника боковых ударов в боксе
15. Техника ударов снизу в боксе
16. Техника повторных ударов, ударов ногами в боксе
17. Техника двойных ударов в боксе
18. Техника серийных ударов в боксе
19. Нестандартные положения в боксе. Техника ударов
20. Техника однотипных ударов в боксе
21. Обучение технике двойных ударов в боксе
22. Обучение технике серийных ударов в боксе
23. Защиты в боксе
24. Требования к защите, классификация защит
25. Техника защит руками, защиты туловищем, разрыв дистанции
26. Основные положения тактики бокса
27. Тактика турнира, раунда, тактика ведения боя
28. Психологическая подготовка боксера
29. Волевая подготовка боксера
30. Способы воздействия на психику спортсмена

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

а) Основная литература:

1. Абаджян, В.А. Медико-биологические и психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности боксеров / В.А. Абаджян, В.А Санников. М.: ФиС, 2013. – 230 с.

2. Арцишевский, В. Бокс / В. Арцишевский. – М.: Феникс, 2012. – 210 с.

3. Денисов, Б. Техника – основа мастерства в боксе / Б. Денисов. – М.: ФиС, 2012. – 265 с.

4. Барчуков, И.С. Основы физической культуры. Теория и методика. Курс лекций [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.В. Барчукова, Ю.Н. Назаров, И.С. Барчуков .— М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2016 .— 296 с. — На обл. авт. не указаны .— ISBN 978-5-238-02790-6 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/359228

12. Филимонов, В.И. Бокс и кикбоксинг: обучение и тренировка / В.И. Филимонов, С.Ш. Ибраев. – М.: ИНСАН, 2011. –528 с.

б) дополнительная литература:

1. Теория и методика бокса: учебник / Под общ. ред. Е.В. Калмыкова. – М.: ФиС, 2009. – 272 с. https://chaconne.ru/product/2547406/.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – М.: ФиС, 1991

3 . Ширяев, А.Г. Бокс и кикбоксинг / А.Г. Ширяев, В.И. Филимонов. – М.: Издательский центр «Академия, 2007. http://kz-ru.academia-moscow.ru/ftp_share/_books/fragments/fragment_18482.pdf

4. Филимонов, В.И. Современная система подготовки боксеров / В.И Филимонов. – М.: «Инсан», 2009. – 512 с.

5. Гласс Дж., Стенли Дж. Статистические методы в педагогике и психологии. – М.: Прогресс, 1976. – 495 с. http:// biblioclub.ru/index.php?page=book&id=438756 (28.06.2019).

6. Градополов К.В. Бокс / К.В. Градополов. – М.: ИНСАН, 2010. – 320 с. https://www.litmir.me/bd/?b=275668.

7. Бокс : учебник для институтов физической культуры / под общ. ред. И. П. Дегтярева. – М.: Физкультура и спорт, 1979. https://obuchalka.org/20200225118632/boks-uchebnik-dlya-institutov-fizicheskoi-kulturi-degtyarev-i-p-1979.html

8. Бутенко, Б. И. Специализированная подготовка боксера / Б. И. Бутенко. – М.: Физкультура и спорт, 1967.

9. Джероян, Г. О. Тактическая подготовка боксера / Г. О. Джероян. – М.: Физкультура и спорт, 1970. https://forum.sportbox.ru/index.php?showtopic=314043

10. Джероян, Г. О. Предсоревновательная подготовка боксеров / Г. О. Джероян, Н. А. Худадов. – М.: Физкультура и спорт, 1971.

11. Зиборов, О. Е. Библиотека кикбоксера / О. Е. Зиборов. – М, 1993. – Т. 1.

12. Казаков, М. Врачебный контроль в боксе / М. Казаков. – М.: Физкультура и спорт, 1957.

13. Кикбоксинг. Правила соревнований. – М.: Физкультура и спорт, 1997.

14. Клевенко, В. М. Быстрота в боксе / В. М. Клевенко. – М.: Физкультура и спорт, 1968.

15. Куликов, А. Кикбоксинг / А. Куликов. – М.: Агенство «Фияр», 1998.

16. Куреченков, А. И. Изменение костно-суставного аппарата у юных спортсменов / А. И. Куреченков. – М., 1958.

17. Лаптев, А. Управление тренированностью боксера / А. Лаптев. – М.: Физкультура и спорт, 1973.

18. Медицинский справочник тренера / под ред. В. Геселевича. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1981.

19. Никифоров, Ю. Б. Построение и планирование тренировки в боксе / Ю. Б. Никифоров, И. Б. Викторов. – М.: Физкультура и спорт, 1978.

20. Огуренков, Е. И. Ближний бой в боксе / Е. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.

21. Огуренков, В. И. Левша в боксе / В. И. Огуренков. – М.: Физкультура и спорт, 1959.

22. Попов, Ю.А. Физические упражнения как одно из средств оздоровления человека [Электронный ресурс] : метод. пособие / Ю.А. Попов .— М. : РГУФКСМиТ, 2018 .— 98 с. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/682405

23. Романов, В. М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях / В. М. Романов. – М.: Физкультура и спорт, 1979. https://litlife.club/books/311701/read

24. Основы управления подготовкой юных спортсменов / под ред. М. Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

25. Спортивная медицина: учебник для институтов физкультуры. – М.: Физкультура и спорт, 1980.

26. Филин, В. П. Основы юношеского спорта / В. П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. http://vova1001.narod.ru/00013179.htm

27. Щитов, В. Бокс: Техника боя / В. Щитов. – М.: Фаир, 2008. – 464 с.

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

1. www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
2. http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

? программное обеспечение дисциплины:
1) Windows Professional, x64 Ed.;
2) Microsoft Office 2016;
3) Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4) Acrobat Reader DC.

? современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Залы: игровой и бокса (кикбоксинга), в которых находятся спортивное оборудование и инвентарь

а) ринг; снаряды, силовые тренажеры, тренажер «Кик-тест»

б) мячи.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Бокс» *для обучающихся 2 курса, направления подготовки «*49.03.04 – Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

1.ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра ТиМ бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальноек ол-во баллов
	3 семестр		
1	*Выступление на семинаре по теме «Техника безопасности»*	*2 неделя*	*10*
2	*Сообщение по теме «Инвентарь при занятиях боксом*	*3*	*10*
3	*Опрос по теме «Техника бокса)*	*4*	*10*
4	*Отчет по практическим заданиям по тактике ведения боя*	*5*	*10*
5	*Выступление на семинаре «Оказание первой помощи»*	*2*	*10*
6	*Выполнение практического задания № 2 по разделу «Оценка технической подготовленности»*	*7*	*10*
7	*Реферат по теме «Психологическая подготовка боксера*	*9*	*10*
8	*Посещение занятий*	*В течение семестра*	*10*
	Зачет		***20***
	Итого:		***100 баллов***

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Контрольная работа по разделу «Тактика»*	*5*
2	*Выступление на семинаре «Оценка технической подготовленности»*	*10*
3	*Подготовка доклада по теме занятия, пропущенного студентом*	*5*
4	*Написание реферата по теме «Техника бокса»*	*15*
5	*Опрос по теме пропущенного занятия*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачетом

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

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

Институт Физической культуры и спорта
Кафедра Теории и методики бокса и кикбоксинга им. К.В. Градополова

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«Бокс»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет (24 часа).

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** *3*

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** «Физическая культура. Бокс»

Целью курса «Физическая культура. Бокс» является ознакомление (теоретическое и практическое) с основами техники, тактики, физической и психологической подготовки, организации проведения соревновательных поединков по боксу, направленное на совершенствование индивидуальных профессиональных умений, навыков и физической подготовки студентов.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**1 поток**	**2 поток**	**3 поток**
1	**3**	**5**	**6**	**7**
УК-7	**Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	**3**	**3**	**3**
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	**3**	**3**	**3**
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	**3**	**3**	**3**
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**3**	**3**	**3**

5. **Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.1	Введение в дисциплину	**3**		1	1		
1.2	История бокса. Развитие бокса в мире и в России				1		
1.3	Техника безопасности			2	2		
	Оказание первой помощи				2		
	Профилактика травм				2		
2.1	Одежда боксера			1	1		
2.2	Аксессуары				1		
2.3	Инвентарь				1		
3.1	Мешки				1		
3.2	Выбор мешков				1		
4.1	Основы техники в боксе		1	2	2		
4.2	Техника прямых ударов				2		
4.3	Техника боковых ударов				2		
4.4	Техника ударов снизу				2		
4.5	Техника повторных ударов. Удары ногами			1	2		
4.6	Техника двойных ударов			2	2		
4.7	Техника серийных ударов				3		
4.8	Техника ударов из нестандартных положений			2	3		
4.9	Техника однотипных ударов				2		
5.1	Обучение технике двойных ударов			2	2		
5.2	Обучение технике серийных ударов				3		
6.2.1	Защиты		0,5	2	2		
6.4.1	Техника защит				2		
6.4.2	Техника защит руками				2		
7.1	Техника защит туловищем				2		
9.1	Тактика			2	2		
9.2	Тактика турнира				2		
9.3	Тактика раунда				2		

9.4	Тактика ведения боя				3		
9.5	Психологическая подготовка		0,5	1	5		
	Всего за 3семестр:	**82**	**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

Институт спорта и физического воспитанияКафедра теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту

«Функциональноемногоборье»

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
Теории и методики тяжелоатлетических видов спорта
им. А.С. Медведева
Протокол № 5 от «01» октября 2020 г.

Составители:

Скотников Виталий Федорович, к.п.н., профессор, заведующий кафедры теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту (далее – дисциплина) «Функциональное многоборье» является: обеспечить освоение знаний и умений, направленных на самостоятельное поддержание должного уровня физической подготовленности (функциональной подготовленности) для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Функциональное многоборье» относится к блоку Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Дисциплина имеет логическую и содержательную взаимосвязь с такими дисциплинами как: «Физическая культура и спорт», «Теория и методика физической культуры», предшествуя (сопутствуя) освоению таких дисциплин (практик) как «Спортивно-педагогическое совершенствование, «Теория и методика избранного вида спорта», тренерская практика.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*1*	*1*	*1*
УК-7.1.	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*1*	*1*	*1*
УК-7.2.	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*1*	*1*	*1*
УК-7.3.	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*1*	*1*	*1*

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Раздел 1: Спортивно-прикладное значение функциональной тренировки	3	1	-	20		**зачет**
2	Раздел 2: Средства и методы тренировки в функциональном многоборье		1	18	42		
Итого часов:			**2**	**18**	**62**		

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

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

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

Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. История функционального многоборья. Кроссфит и функциональное многоборье.
2. Приниципы и закономерности функциональной тренировки.
3. Направления функциональной тренировки.

4. Классификация средств функционального многоборья.

5. Контроль и самооценка уровня подготовленности при занятиях функциональным многоборьем.

6. Использование подручных средств и нестандартных отягощений при занятиях функциональным многоборьем.

7. Методы тренировки в функциональном многоборье.

8. Особенности регулирования нагрузки на занятиях по функциональному многоборью.

9. Правила безопасности при выполнении упражнений функционального многоборья.

10. Правила поведения в зале функционального многоборья.

11. Правила эксплуатации спортивного инвентаря и оборудования.

12. Функциональное многоборье в домашних условиях.

13. Функциональное многоборье в фитнесе.

14. Тренировка по функциональному многоборью к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

15. Упражнения в сопротивлении партнера на занятиях по функциональному многоборью

16. Силовые упражнения функционального многоборья.

17. Гимнастические упражнения функционального многоборья.

18. Циклические упражнения функционального многоборья.

19. Спортивно-прикладное и профессионально-прикладное значение функционального многоборья.

20. Страховка и самостраховка на занятиях по функциональному многоборью.

21. Техника упражнений функционального многоборья.

22. Комплексы функционального многоборья.

23. Методические приемы на занятиях по функциональному многоборью.

24. Функциональному многоборье в спорте.

25. Функциональное многоборье в системе физического воспитания.

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

а) Основная литература:

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В.Верхошанский. – 3-е изд. – М.: Советский спорт, 2013. – 216 с. : ил. ISBN 978-5-9718-0609-7

1. Виноградов, Г.П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки [Электронный ресурс]: учебник / И.Г. Виноградов,

Г.П. Виноградов .— М. : Спорт, 2017 .— 409 с. : ил. — ISBN 978-5-906839-30-5 . https://lib.rucont.ru/efd/641135/info

2. Дворкин, Л.С. Тяжелая атлетика: Учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям, для академ. бакалавриата: рек. Умо высш. образования / Л.С. Дворкин. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2019. Т. 1. - 380 с.: ил. - Библиогр.: в конце гл. - ISBN 978-5-534-07487-1. - 1728.98

3. Дворкин, Л.С. Тяжелая атлетика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям, для академ. бакалавриата: рек. Умо высш. образования / Л.С. Дворкин. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2019. Т. 2. - 496 с.: ил. - Библиогр.: с.472-473, в конце гл. - ISBN 978-5-534-07522-9. - 2191.65

2. Шейко, Б.И. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Гиревой спорт в системе физического воспитания учащейся молодежи: учеб. пособие / [В.И. Харитонов [и др.]] ; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ. культуры. - Челябинск: [Изд-во УралГУФК], 2008. - 61 с.: ил.

2. Доронцев, А.В. Исследование методики выполнения темповых тяжелоатлетических упражнений при занятии кроссфитом = Research of technique of performance of tempo heavy athletics exercises under CrossFit training / А.В. Доронцев, С.Ю. Попов // Учен. зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. - 2017. - № 10 (152). - С. 47-51.

3. Зинкевич, Д.А. Атлетическая гимнастика: (методика силовой подгот.): учеб. пособие / Д.А. Зинкевич; Федер. агентство по физ. культуре и спорту, Урал. гос. ун-т физ. культуры, Каф. теории и методики борьбы. - Челябинск: [Изд-во УралГАФК], 2008. - 119 с.: ил.

4. Использование средств и методов скоростно-силовой подготовки в игровых видах спорта. Учебно-методическое пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», направлению подготовки 49.04.03 «Спорт» : утв. и рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост.: Скотников В.Ф., Соловьев В.Б., Атлас А.А.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики тяжелоатлет. видов спорта им. А.С. Медведева. - М., 2018.

5. Клусов, Е.А. Круговая тренировка в паурлифтинге : учеб.-метод. пособие / Е.А. Клусов, С.В. Добовчук ; Федер. агентство по образованию ; Моск. гос. индустр. ун-т. - М.: [Изд-во Моск. гос. индустр. ун-та], 2008. - 80 с.: ил.

6. Линдовер, С. Мегамасса: Комплекс тренировок, питания и дисциплины для достижения идеал. фигуры / Станислав Линдовер. - М.: [Эксмо], 2019. - 230 с.: ил.
7. Цацулин, П. Гиревой тренинг: Уникал. методика тренировки с гирями / Павел Цацулин. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 167 с.: ил.
8. Чингисов, В.Д. Бодибилдинг, атлетизм для всех / [В.Д. Чингисов]. - М.: АСТ; Донецк: Агата; Владимир: ВКТ, 2009. - 447 с.: ил.

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

1. www.ewfed.com – Официальный сайт Европейской федерации тяжёлой атлетики – European weightlifting federation (EWF);
2. www.fbbr.org – сайт Федерации Бодибилдинга России;
3. www.fpr-info.ru – Информационный сайт Федерации пауэрлифтинга России;
4. www.iwf.net – Официальный сайт Международной федерации тяжёлой атлетики –International weightlifting federation (IWF);
5. www.minsport.gov.ru – сайт Министерства спорта Российской Федерации;
6. www.olympsport.ru – Официальный сайт журнала «Олимп»;
7. www.rfwf.ru – сайт Федерации тяжелой атлетики России;
8. www.vfgs.ru – сайт Всероссийской федерации гиревого спорта;
9. www.crossfit.ru – портал о кроссфите и функциональных видах спорта в России.

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

Общесистемные программные средства		
1.	Microsoft Windows	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизовано на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796.
Прикладные программные средства		
2.	Microsoft Office Standard, Microsoft Office Pro	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизовано на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС Университета в соответствии с приказом Минспорта России от 08 сентября 2017 года № 796 в составе:

	-Microsoft Word	*Редактор текстовый,*
	-Microsoft Excel	*Редактор табличный,*
	-Microsoft PowerPoint	*Редактор деловой графики и презентаций*
	-Microsoft Outlook	*Почтовая программа, организатор, планировщик задач.*
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизовано на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизовано на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизовано на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Учебная аудитория №49 для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, набором демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, ученической доской, включающая специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с выходом в сеть Internet и

обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ.

Спортивный зал №42 СК, включающий специализированное спортивное оборудование (тяжелоатлетические помосты, гимнастические стенки, стойки, турники) и инвентарь: свободные отягощения – тяжелоатлетические грифы (мужские и женские) и грифы для пауэрлифтинга с набором дисков, гантели разной массы, гири, имитационные снаряды, стойки и скамьи тяжелоатлетические; тренажеры и грузоблочные устройства для тренировки отдельных мышечных групп; вспомогательный инвентарь – плинты тяжелоатлетические, гимнастические скамейки, гимнастические козлы, лямки тренировочные, пояса тяжелоатлетические, магнезия и др.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Функциональное многоборье для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса по направлению подготовки 49.03.04 «Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической

культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1.	*Посещение занятий*	*1-17 недели*	*10*
2.	*Ведение дневника занятий, анализ результатов тестирования индивидуальной подготовленности в течении занятий по дисциплине*	*1-17 недели*	*10*
3.	*Выполнение контрольного упражнения с весом собственного тела*	*5-6 недели*	*10*
4.	*Выполнение контрольного упражнения с отягощениями (оценка технического исполнения)*	*7-10 недели*	*10*
6.	*Выполнение комплекса упражнений на количество повторений за 2 минуты*	*13-14 недели*	*15*
7.	*Выполнение комплекса упражнений на время*	*15-16 недели*	*15*
8.	*Сдача контрольных нормативов из ВФСК ГТО и функциональному многоборью (5 упражнений на выбор)*	*17 неделя*	*15*
	Зачёт	*18 неделя*	***15***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада «Обеспечение безопасности занятий по функциональному многоборью. Страховка и самостраховка на занятиях по функциональному многоборью»/пропущенной по уважительной причине теме занятия*	*10*
2	*Написание реферата и подготовка презентации по теме «Функциональное многоборье в системе физического воспитания Российской федерации»*	*15*
3	*Написание реферата и подготовка презентации по теме «Спортивно-прикладное значение функциональной тренировки»*	*15*
4	*Написание реферата и подготовка презентации по теме «Функциональная тренировка в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности»*	*15*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Элективная дисциплина по физической культуре и спорту
«Функциональное многоборье»

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта

Уровень образования: *бакалавриат*
Форма обучения: *очная*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 82 академических часа.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля): *3 семестр*

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить освоение знаний и умений, направленных на самостоятельное поддержание должного уровня физической подготовленности (силовой подготовленности) для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.1.	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*3*	*3*	*3*
УК-7.2.	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*3*	*3*	*3*
УК-7.3.	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*3*	*3*	*3*

3. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Раздел 1: Спортивно-прикладное значение функциональной тренировки	3	1	-	20		**зачет**
2	Раздел 2: Средства и методы тренировки в функциональном многоборье		1	18	42		
Итого часов:			**2**	**18**	**62**		

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

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Мини-гольф

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024 г.

Москва – 2020 г.

далее считать следующее распределение профилей по потокам:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры Теории и методики
индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Протокол № 3 от «19» октября 2020 г.

Составители:
Б. А. Яковлев - к.п.н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта РГУФКСМиТ;
Н. Б. Яковлева – преподаватель кафедры ТиМ индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта РГУФКСМиТ

1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины Б1.В.ДВ.02.15 Мини-гольф:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины универсальных компетенций;

-обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием мини-гольфа для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Б1.В.ДВ.02.15. Мини-гольф» относится к блоку Б1.В.ДВ.02. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту.

Данная дисциплина входит в систему наук, ориентированную на запросы спорта и на оздоровительную физическую культуру. Ее изучение базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с дисциплинами: История физической культуры и спорта, Анатомия человека, Физиология человека, Спортивная биомеханика, Педагогика физической культуры и спорта и др. Дисциплина предшествует прохождению педагогической, тренерской практик.

Особенность изучаемой дисциплины состоит в том, что акцент сделан на развитие творческих способностей и обеспечение владением универсальной компетенцией с целью достижения готовности к реальной профессиональной практической деятельности, базирующейся на глубоком изучении биологических закономерностей адаптационных возможностей организма занимающихся мини-гольфом. Подчеркнута важность нравственно-духовного совершенствования в процессе подготовки игрока в мини-гольф, которая социальна по своей сущности, характеризуется конкретным педагогическим

содержанием и выраженной воспитательной направленностью.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*
1	2	3	4	5
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*3*	*3*	*3*
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*3*	*3*	*3*
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*3*	*3*	*3*
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*3*	*3*	*3*

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Мини-гольф в системе физического воспитания России	3	3	3			**2**		
1.1	Введение в дисциплину	3	3	3	**2**				
1.2	История мини-гольфа. Развитие гольфа в мире и России	3	3	3			**4**		
1.3	Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	3	3	3			**2**		
1.4.	Техника безопасности	3	3	3		**2**			
2.	Правила и этикет	3	3	3			**6**		
2.1.	Основные правила игры	3	3	3		**2**			
2.2.	Этикет и терминология в мини-гольфе	3	3	3			**4**		
3.	Инвентарь, оборудование и аксессуары	3	3	3		**4**	**2**		
3.1	Оборудование игровых полей в мини-гольф	3	3	3		**2**			
3.2	Аксессуары	3	3	3			**2**		
3.3	Инвентарь	3	3	3		**2**			
3.3.1	Клюшки	3	3	3			**2**		
3.3.2	Мячи	3	3	3			**4**		
4.	Техника игровых действий в мини-гольфе	3	3	3		**2**			
4.1.	Физические и биомеханические принципы совершения результативных игровых действий	3	3	3		**2**			
4.2.	Основы техники в мини-гольфе	3	3	3			**8**		
4.3.	Обучение игровым действиям в мини-гольфе	3	3	3		**2**	**2**		
5.	Тактика прохождения площадок	3	3	3			**6**		
6.	Строительство,	3	3	3			**6**		

	эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа								
7.	Организация и проведение соревнований по мини-гольфу	3	3	3			**6**		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Контрольные вопросы к зачету по дисциплине: «Мини-гольф»

1. Мини-гольф как вид спорта и спортивная дисциплина.
2. Техника безопасности и правила оказания первой медицинской помощи.
3. История мини-гольфа. Образование Международной федерации мини-гольфа. Эволюция конструкции полей для мини-гольфа.
4. Крупнейшие международные и российские турниры по мини-гольфу.
5. Требования ЕВСК к выполнению квалификационных норм игроков в мини-гольф.
6. Различные типы стандартных мини-гольф полей для спортивного мини-гольфа. Сертификация полей. Размеры площадок и лунок.
7. Спортивные секции мини-гольфа в ДЮСШ, СДЮСШОР и ШВСМ.
8. Мини-гольф как вид активного отдыха.

9. Правила мини-гольфа. Требования к клюшкам и мячам. Лицензирование мячей.
10. Совершение игровых действий. Установка мяча. Правила совершения ударов.
11. Правила счета ударов. Игра на счет ударов и матчевая игра (на счет выигранных дорожек). Равенство результатов. Переигровка.
12. Правила записи счета. Счетная карточка. Обязательные сведения и графы на счетной карточке. Правила фиксации счета в зависимости от количества игроков в группе.
13. Терминология в мини-гольфе. Основные определения и понятия.
14. Возрастные категории. Правила объединения категорий в зависимости от количества участников. Командные соревнования. Соревнования клубных команд.
15. Характеристики клюшек для мини-гольфа и их конструктивные особенности.
16. Математический и физический маятники. Аналогия движения клюшки в мини-гольфе с движением физического маятника. Математическая модель игровых действий.
17. Мячи для мини-гольфа. Параметры мячей для мини-гольфа.
18. Шероховатость поверхности мяча. Масса мяча. Жесткость мяча. Отскок мяча. Диаметр мяча. Их влияние на дальность качения мяча.
19. Приспособления и устройства используемые при игре. Использование вспомогательных устройств. Устройства, облегчающие прицеливание.
20. Устройства нагрева (охлаждения) мячей. Схемы и письменные записи. Защита от ветра. Термометры, хронометры, дальномеры, зонты.
21. Выбор и подготовка мячей для игры. Нагрев и охлаждение. Специальные устройства и приспособления для сохранения желаемых параметров мячей.
22. Техника выполнения ударов в мини-гольфе. Фазовый состав игрового движения в мини-гольфе.

23. Факторы, определяющие траекторию мяча. Подготовка к удару. Стойка игрока. Прицеливание.
24. Различные способы хвата клюшки, позиции для правшей и левшей. Субъективная величина усилий при удержании клюшки.
25. Фазовый состав игрового движения в мини-гольфе. Звенья тела, участвующие в движении. Кинематическая цепь звеньев тела, вовлекаемых в движение.
26. Проприорецептивные ощущения величины угла отведения клюшки при замахе. Субъективные ощущения начальной скорости мяча по величине и направлению.
27. Контроль направления. Контроль дистанции. Типичные ошибки и их исправление.
28. Обучение игровым действиям в мини-гольфе.Целостно-конструктивный и расчленено-конструктивный метод обучения движениям. Метод сопряженного воздействия.
29. Эффективность расчленено-конструктивного метода. Исходный двигательный опыт и врожденная предрасположенность к усвоению новых движений.
30. Закономерности образования двигательного навыка. Кинестезия игрового действия в мини-гольфе.
31. Использование ограничителей движения и фиксаторов внимания при обучении игровым действиям в гольфе. Статистический анализ эффективности игровых действий.
32. Тактика в мини-гольфе. Особенности тактики игры на мини-гольф полях с различным покрытием (бетонным, фетровым, этернитовым, искусственной травой).
33. Особенности тактики игры в формате строук плей. Особенности тактики игры в формате матч плей.
34. Особенности тактики игры в командных соревнованиях.
35. Этикет и правила безопасности.

36. Организация и проведение соревнований.

37. Федерации, ассоциации, мини-гольф клубы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1.Гольф и мини-гольф : обновление и содерж. образования в обл. физ. культры и спорта : [науч.-метод. пособие] / [сост.: И.И. Бобкова, А.Н. Корольков] ; Гос. бюджет. образоват. учреждение Лицей N 1575 Север. окруж. упр. образования, Департамент образования г. Москвы. - М., 2013. - 143 с.: ил.

2.Корольков А.Н. Теория и методика тренировочного процесса в гольфе и мини-гольфе. Спортивные сооружения и снаряжение для гольфа и мини-гольфа : учеб. пособие для работников физ. культуры и спорта, тренеров, учителей шк. и инструкторов по гольфу и мини-гольфу / А.Н. Корольков, В.А. Фесенко ; М-во спорта Самар. обл. - Самара, 2013. - 137 с.: ил.

3.Корольков А.Н. История гольфа [Электронный ресурс] : учеб. пособие по теории и методике гольфа : направление подгот. 034300.62 : рек. к изд. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Корольков А.Н., Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014 Яковлев Б.А.

4.Яковлев Б.А. Мини-гольф : учеб. пособие по дисциплине "Физ. культура (мини-гольф)" : направление подгот. 44.03.01, 49.03.01 : профили подгот.: "Физ. культура", "Спортив. подгот." : [рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / Б.А. Яковлев ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2016. - 199 с.: ил.

б)Дополнительная литература:

1.Жеребко Д.С. Экспертная оценка направленности спортивной подготовки федерального стандарта по гольфу / Д.С. Жеребко, А.Н. Корольков // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2013. - N 6. - С. 68.

2.Корольков А.Н. Физическая подготовка в гольфе : монография / Алексей Корольков. - [Б. м.]: LAP LAMBERT Acfdemic Publishing, [2013?]. - 167 с.: ил.

3.Корольков А.Н. Содержание многолетней подготовки юных игроков в гольф : моногр. / А.Н. Корольков, В.В. Верченов. - Воронеж: Науч. кн., 2014. - 403 с.: табл.

4.Корольков А.Н. Интерпретация результатов исследований сложности лунок при игре в мини-гольф / А.Н. Корольков, Б.А. Яковлев // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка : Детский тренер : журнал в журнале. - 2013. - N 2. - С. 40-42.

5.Яковлев Б.А. Физическая культура (мини-гольф) [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины для студентов, обучающихся по направлениям 050100.62, 034300.62 : утв. на заседании ЭМС ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014.

6.Яковлев Б.А. Теория и методика избранного вида спорта (гольф) [Электронный ресурс] : слов. по дисциплине для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению подгот. : утв. ЭМС ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Яковлев Б.А. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. учреждения "Рос. гос.ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. Теории и методики гольфа 49.03.01. - М., 2015

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

1.www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
2.http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

– 50 комплектов клюшек и бэгов;

– лаборатория клаб-
фиттинга; – 1000 мячей;
– 2 гольф-симулятора;

– анализатор кинематических характеристик мяча при выполнении ударов вудами и айронами;
– анализатор патта;

– универсальный психодиагностический
комплекс; – видеопроектор Sanyo PLC-XU 58;
– компьютер офисный;

– ноутбук Fujitsu-Siemens AMILO PI
1556; – принтер HP LaserJet 1320;
– принтер HP LaserJet
1320; – сканер EPSON
2480;
– копировальный аппарат Canon MF 4150;

– стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок);
– стационарный компьютер (монитор 17", системный
блок); – паттинг-грин;
– паттинг-дорожка.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине* Б1.В.ДВ.02.15 Мини-гольф *для обучающихся института спорта и физического воспитания2курса,
***направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта.

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях	Максимальноек ол-во баллов
1	*Написание реферата по теме* Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	4 неделя	*10*
2	*Выступление на семинаре «*Правила и этикет*»*	7 неделя	*10*
3	*Написание реферата по разделу* «Инвентарь, оборудование и аксессуары»	10 неделя	*10*
4	*Выполнение практического задания* Основы техники в мини-гольфе*»*	14 неделя	*10*
5	*Презентация по разделу* Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	18 неделя	*10*
6	*Выступление на семинаре по разделу «*Организация и проведение соревнований по мини-гольфу*»*	В течение семестра	*10*
7	Посещение занятий	В течение семестра	20
8	Зачет		20
ИТОГО			**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Написание реферата по теме* Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	10
2	*Выступление на семинаре «*Правила и этикет*»*	10
3	*Написание реферата по разделу* «Инвентарь, оборудование и аксессуары»	10
4	*Выполнение практического задания* Основы техники в мини-гольфе*»*	10
5	*Презентация по разделу* Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Мини-гольф

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная одготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в област физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической ультуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и порта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физическої культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культур и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области изической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах ыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по вид спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельнос области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическа деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

ортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024 г.

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 академических часа.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: *3.*

3.Цель освоения дисциплины:

Цель освоения дисциплины Б1.В.ДВ.02.15 Мини-гольф:

- обеспечить готовность к практической реализации установленных программой дисциплины универсальных компетенций;

-обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием мини-гольфа для оздоровления, разностороннего развития, закаливания, приобщения к здоровому образу жизни населения.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*3*	*3*	*3*
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	*3*	*3*	*3*
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*3*	*3*	*3*
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической	*3*	*3*	*3*

	подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Мини-гольф в системе физического воспитания России	3	3	3			**2**		
1.1	Введение в дисциплину	3	3	3	**2**				
1.2	История мини-гольфа. Развитие гольфа в мире и России	3	3	3			**4**		
1.3	Место и роль мини-гольфа в современной системе физического воспитания	3	3	3			**2**		
1.4.	Техника безопасности	3	3	3		**2**			
2.	Правила и этикет	3	3	3			**6**		
2.1.	Основные правила игры	3	3	3		**2**			
2.2.	Этикет и терминология в мини-гольфе	3	3	3			**4**		
3.	Инвентарь, оборудование и аксессуары	3	3	3		**4**	**2**		
3.1	Оборудование игровых полей в мини-гольф	3	3	3		**2**			
3.2	Аксессуары	3	3	3			**2**		
3.3	Инвентарь	3	3	3		**2**			
3.3.1	Клюшки	3	3	3			**2**		
3.3.2	Мячи	3	3	3			**4**		
4.	Техника игровых действий в мини-гольфе	3	3	3		**2**			
4.1.	Физические и	3	3	3		**2**			

	биомеханические принципы совершения результативных игровых действий								
4.2.	Основы техники в мини-гольфе	3	3	3			**8**		
4.3.	Обучение игровым действиям в мини-гольфе	3	3	3		**2**	**2**		
5.	Тактика прохождения площадок	3	3	3			**6**		
6.	Строительство, эксплуатация и обслуживание полей для мини-гольфа	3	3	3			**6**		
7.	Организация и проведение соревнований по мини-гольфу	3	3	3			**6**		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и Методики гимнастики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту «Фитнес-аэробика»

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № __ от «__» _____2020 г.

Составитель:

Ростовцева Марина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент,
доцент кафедры Теории и методики гимнастики

1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины **Б1.В.ДВ.02.16 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту Фитнес-аэробика,** соотнесенная с общими целями ООП (ОПОП), является: обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием современных направлений Фитнес-аэробика для оздоровления, разностороннего развития, закаливания и приобщения к здоровому образу жизни на основе приобретения обучающимися знаний, умений и практических навыков.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

Данная дисциплина реализуется частично в форме практической подготовки

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина (модуль) **«Б1.В.ДВ.02.16 Фитнес-аэробика»**, являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно связана с курсами гуманитарного и естественнонаучного цикла, поскольку ориентирован на познание той части культуры, которая является специфическим фактором совершенствования природных (естественных) качеств и способностей человека, оптимизации его физического состояния, физического развития и здоровья в целом.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**3**	**3**	**3**
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни			
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	

		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Общие основы теории и методики проведения базовых групповых программ Фитнес-аэробика (аэробика, силовые направления, психорегулирующие программы).	**3**	**3**	**3**	**2**		**14**		
2	Методика проведения урока аэробики	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**		
3	Групповые программы на силу, психорегулирующие программы	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**		
4	Организационно-методические формы проведения занятий	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**	**зачет**	

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

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

Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. Оздоровительная Фитнес-аэробика как массовое направление физического воспитания. Задачи, виды и средства оздоровительного направления Фитнес-аэробика.
2. Здоровый образ жизни и его составляющие.
3. Терминология в Фитнес-аэробике.
4. Классификация различных видов базовых групповых программ.
5. Стретчинг как система упражнений на растягивание (направленность, задачи, содержание, особенности проведения).
6. Место упражнений на растягивание в силовых программах.
7. Классическая аэробика. Общая характеристика, классификация.

8. Степ-аэробика. Общая характеристика.

9. Структура урока аэробики. Особенности организации и методика проведения отдельных частей урока.

10. Основные виды групповых силовых программ в Фитнес-аэробике.

11. Методы тестирования физической подготовки в оздоровительном Фитнес-аэробике.

12. Правила безопасности проведения занятий Фитнес-аэробикаом.

13. Характеристика силовой тренировки с использование малого оборудования (направленность, отличительные особенности, задачи, средства и методы тренировки).

14. Значение и особенности использования музыкального сопровождения в Фитнес-аэробике.

15. Особенности хореографии в аэробике. Методика составления и разучивания комбинаций.

16. Оздоровительная аэробика низкой и высокой интенсивности.

17. Методика и техника силовых упражнений с гантелями и бодибарами.

18. Методы изменения интенсивности занятия оздоровительной аэробики с помощью различной хореографии.

19. Методика разучивания комбинаций в аэробике. Специфические методы разучивания комбинаций в оздоровительной аэробике.

20. Вербальные команды и специфическая жестикуляция преподавателя оздоровительной аэробики.

21. Управление группой на занятиях по оздоровительной аэробике.

22. Контроль физического состояния занимающихся.

23. Методика удержания занимающихся в группе.

24. Правила проведения занятий на степ-платформе.

Примерные темы рефератов

1. Развитие Фитнес-аэробики: исторический аспект.

2. Кондиционная гимнастика: её место в системе оздоровительных видов гимнастики и Фитнес-аэробике.

3. Технология различных видов Фитнес-аэробики:

- классическая аэробика,
- степ-аэробика,
- фит-бол аэробика,
- аэробика на велотренажёрах;
- с элементами восточных видов единоборства;
- йога;
- силовые виды Фитнес-аэробики;
- система Пилатес и др.
- координационная гимнастика.

4. Возрастные особенности проведения занятий Фитнес-аэробикой.

5. Физиологические аспекты занятий Фитнес-аэробикой.

6. Психологические аспекты занятий Фитнес-аэробикой.

7. Реабилитационная Фитнес-аэробика.

8. Разработка и научное обоснование новых видов оздоровительной Фитнес-аэробики.

9. Спортивные виды Фитнес-аэробики.

10. Воздействие занятий аэробикой на занимающихся разного возраста и состояния здоровья

11. Музыкальное обеспечение занятий аэробикой.

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

а) Основная литература:

1.Андреенко, Т.А. Организация занятий по оздоровительной Фитнес-аэробика-аэробике со студентами вуза / Т.А. Андреенко, Е.Г. Ткачева, Е.А. Широбакина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2016. - № 2. - С. 79

2.Просветова О.В., Краснова Г.О. Базовая аэробика в групповых программах: Учебно-методическое пособие: Волгоград: 2010. 117 с.

3.Ростовцева, М.Ю. Концептуальные основания развития технологии групповых фитнес-программ [Электронный ресурс] // Проблемы и перспективы развития туризма, рекреации и фитнеса : материалы межкаф. конф., 28-29 марта 2016 г. / М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016. - С. 76-80.

4.Ростовцева, М.Ю. Оздоровительная аэробика и степ-аэробика : прогр. курса по выбору для специальности 032101.65 : утв. эксперт. учеб.-метод. советом ИФКСиФ РГУФКСиТ / [Ростовцева М.Ю., Александрова В.А., Жерносек А.М.] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2010. - 11 с.: табл.

5.Теория и методика аэробики и фитнес-гимнастики : прогр. дисциплины федер. компонента цикла СД ГОС для специальности 032101 / [под ред. М.Ю. Ростовцевой] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 88 с.: табл.

6.Оздоровительная аэробика и методика преподавания [Электронный ресурс] : учеб. пособие : курс лекций : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот." : утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Ростовцева М.Ю. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики гимнастики. - М., 2017.

б)Дополнительная литература:

1.Крючек, Е.С. Аэробика : содерж. и методика оздоровит. занятий / Крючек Е.С. - М.: Терра-спорт: Олимпия пресс, 2001. - 61 с.: ил.

2.Ростовцева, М.Ю. Концептуальные основания развития технологии групповых фитнес-программ / М.Ю. Ростовцева // Международ. науч.-практ. конф. "Фитнес 2007", 14 - 16 нояб. 2007 г. / сост. Т.С. Лисицкая ; науч. ред. Ю.К. Гавердовский ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, Каф. теории и методики гимнастики. - М., 2007. - Тетр. вторая. - С. 60-62.

7.Медведева, О.А. Аэробика для студентов : метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 050700 : доп. УМО по направлениям пед. образования / О.А. Медведева, Г.А. Зайцева. - М.: ИНСАН, 2009. - 143 с.: ил.

8.Аэробика. Теория и методика проведения занятий: Учебн. Пособие для студентов вузов физической культуры/под ред.Е.Б.Мякинченко и М.П.Шестакова.-М.:СпортАкадемПресс, 2006.-304с.

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

www.jv.ru – сайт телеканала «Живи», велнес-портал в России;

JustSport.info – сайт о Фитнес-аэробике и бодибилдинге;

http://wefit.ru/ - Фитнес-аэробика сайт о здоровье;

http://www.edu.ru/ - Российское образование. Федеральный образовательный портал.

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

□программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

□современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для реализации дисциплины «ФИТНЕС-АЭРОБИКА», нужно:

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Спортивный зал для проведения занятий по гимнастике, аэробике и акробатике, с помещениями для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и инвентаря.
4. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Б1.В.ДВ.02.16 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту «Фитнес-аэробика»

для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гимнастики.
Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольный опрос обучающихся по теме «Общие основы оздоровительной Фитнес-аэробики»	3 неделя	15
2	Контрольная работа по теме «Классификация и терминология базовых элементов классической аэробики и степ-аэробики»	6 неделя	15
3	Практическое задание №1 по теме «Принципы составления соединений, сегментов и блоков хореографических комбинаций»	7 неделя	25
4	Практическое задание №2 по теме «Методические приемы по обучению и управлению группой»	8 неделя	25
	Зачёт		20
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Проведение урока по оздоровительной Фитнес-аэробике	25
2	Проведение персональной тренировки по выбранной направленности	25
3	Презентация по теме «Классификация и терминология базовых элементов классической аэробики»	*15*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИИСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)»

Институт Спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и Методики гимнастики

АННОТАЦИЯК РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ «Фитнес-аэробика»

Направление подготовки: 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «керлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 академических часа

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 3

Цель освоения дисциплины: обеспечить готовность к организации и проведению физкультурно-массовой работы с использованием современных направлений Фитнес-аэробика для оздоровления, разностороннего развития, закаливания и приобщения к здоровому образу жизни на основе приобретения обучающимися знаний, умений и практических навыков.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	**3**	**3**	**3**
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни			
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности			
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			

4.Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)			
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**
1	Общие основы теории и методики проведения базовых групповых программ Фитнес-аэробика (аэробика, силовые направления, психорегулирующие программы).	**3**	**3**	**3**	**2**		**14**	
2	Методика проведения урока аэробики	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**	
3	Групповые программы на силу, психорегулирующие программы	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**	
4	Организационно-методические формы проведения занятий	**3**	**3**	**3**		**6**	**16**	
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**	**зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Подготовка к сдаче норм ГТО»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики легкой атлетики им. Н.Г.Озолина
Протокол № 3 от «18» сентября 2020 г.

Составитель: Кетлерова Евгения Святославна, к.п.н., доцент кафедры теории и методики легкой атлетики им. Н.Г. Озолина

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «Подготовка к сдаче норм ГТО» является: формирование физической культуры личности и способности самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Данная дисциплина является элективной дисциплиной и относится к вариативной части ООП (ОПОП). Она занимает важное место в подготовке бакалавров по направлению 49.03.04 – «Спорт» и является интегративной дисциплиной, объединяющей в себе информационно-гностические компоненты таких учебных предметов как: анатомия и физиология человека, легкая атлетика, лыжные гонки, тяжелоатлетические виды спорта, туризм, плавание, история физической культуры и спорта. Строится на основе и с учётом их современных концепций, а также широко использует их понятийный аппарат.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3	3	3

УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.			
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.			
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2 зачетные единицы**, **82 академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Модуль 1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**	**3**	**3**	**3**	**2**		**2**		
1.1.	История возникновения и развития ВФСК ГТО. Организация и проведение тестирования населения в соответствии с государственными				**2**		**2**		

	требованиями ВФСК ГТО.								
2	**Модуль 2. Подготовка к сдаче норм ГТО**	**3**	**3**	**3**		**18**	**60**		
2.1	Планирование подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития занимающихся.					**2**	**12**		
2.2.	Методика подготовки к выполнению испытаний комплекса ГТО по определению уровня развития скоростных и скоростно-силовых способностей.					**10**	**12**		
2.3.	Методика подготовки к выполнению испытаний комплекса ГТО по определению уровня развития выносливости.					**2**	**12**		
2.4.	Методика подготовки к выполнению испытаний комплекса ГТО по определению уровня развития силовых способностей.					**2**	**12**		
2.5.	Методика подготовки к выполнению испытаний комплекса ГТО по определению уровня развития координационных способностей и гибкости.					**2**	**12**		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Вопросы для зачета

1. История возникновения и развития ВФСК ГТО. Задачи ВФСК ГТО.

2. Основные нормативно-правовые акты, регламентирующие внедрение ВФСК ГТО.

3. Требования к уровню физической подготовленности при выполнении нормативов испытаний (тестов) ВФСК ГТО.

4. Порядок организации тестирования качества силы. Физические упражнения для подготовки к сдаче подтягиваний и сгибаний разгибаний рук в упоре лежа.

5. Тестирование качества быстроты (скоростные возможности). Физические упражнения для совершенствования бега на 30, 60, 100 м. Правила техники безопасности.

6. Порядок организации тестирования качества гибкость. Упражнения, способствующие развитию гибкости.

7. Порядок организации тестирования скоростно-силовых возможностей. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

8. Порядок организации тестирования координационных способностей. Физические упражнения для развития координационных способностей, разновидности челночного бега.

9. Порядок организации тестирования выносливости. Методика подготовки к сдаче норматива на выносливость. Контроль ЧСС в тренировочном процессе.

10. Техника безопасности организации тренировочного процесса по подготовке к сдаче норм ГТО в условиях парковых зон, клубов по месту жительства, в образовательных организациях.

11. Средства самоконтроля и контроля самочувствия занимающихся, средства профилактики переутомления.

12.Содержание нормативных требований 6 ступени ГТО для мужчин и женщин

13. Дать характеристику основных упражнений включенных в комплекс ГТО и основные требования к их выполнению.

14. Основные требования к технике выполнения упражнений комплекса ГТО.

15. Основные правила использования спортивного инвентаря и эксплуатации оборудования, используемого при сдаче норм ГТО.

16. Правила техники безопасности при выполнении одного из контрольных испытаний комплекса ГТО.

Контрольные задания:

1. Демонстрация техники выполнения одного из упражнений ВФСК ГТО.

2. Оценить уровень физической подготовленности на основе пройденного тестирования.

3.Интерпретировать ход подготовки и сдачу контрольных испытаний на основе дневника самоконтроля

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) : док. и метод. материалы / [под общ. ред. В.Л. Мутко] ; [авт.-сост.: Н.В. Паршикова [и др.]] ; М-во спорта РФ. - 2-е изд., с изм. и доп. - М.: Спорт, 2016. - 207 с. http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=253350&DocQuerID=9770928&DocTypID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=
2. Левушкин С.П. Физическое состояние студентов и совершенствование их подготовки к реализации физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне": Монография / С.П. Левушкин, А.В. Мещеряков. - М.: ОнтоПринт, 2018. - 182 с http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=307041&DocQuerID=9770911&DocTypID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=
3. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] : курс лекций : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот. в избр. виде спорта" : квалификация (степ.) выпускника - Бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Максименко А.М. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ),

(ГЦОЛИФК)", Каф. теорет.-метод. основ физ. культуры и спорта. - М., 2019

б) Дополнительная литература:

1. Подготовка специалистов для проведения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" [Электронный ресурс] : доп. проф. прогр. : категория слушателей: спортив. судьи 1 и всерос. категорий, рук. центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) вфск гто, рук. орг., наделен. полномочиями регион. оператора по внедрению комплекса гто : уровень квалификации: 5 - 7 : объем часов: 36 : форма и орг. обучения - оч. : утв. и рек. Межинститут. эмс ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост.: Зеличенок И.Б., Черкашин А.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики легкой атлетики. - М., 2016.
http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=269371&DocQuerID=9770911&DocTypID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=
2. Сысоев, Ю.В. Воспитание готовности к труду и обороне от древней Греции до современной России / Сысоев Ю.В., Жеребенков В.А., Сысоева Е.Ю.; Моск. пед. гос. ун-т, Междунар. фонд "Знамя победы". - Смоленск: [Смядынь], 2018. - 112 с.
http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=286166&DocQuerID=9770911&DocTypID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

3. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.: ил.

4. Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование"

/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 13-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2016. - 495 с.: ил.

5. Легкая атлетика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культура" и специальности "Физ. культура и спорт" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. Н.Н. Чеснокова, В.Г. Никитушкина. - М.: Физ. культура, 2010. - 440 с http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=187445&DocQuerID=9770930&DocTypID=1&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=

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

1. https://www.gto.ru - официальный интернет-портал ВФСК «Готов к труду и обороне»
2. https://minsport.gov.ru/sport/physical-culture/fiz-ra-papk/4384/ - сайт Минспорта РФ. Раздел, посвященный ВФСК «Готов к труду и обороне».

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

–программное обеспечение дисциплины:

- 1)Windows Professional, x64 Ed.;
- 2)Microsoft Office 2016;
- 3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
- 4)Acrobat Reader DC.

-современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Легкоатлетический манеж, включающий оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для проведения практических занятий по легкой атлетике, а так же для проведения соревнований различного уровня.

Приложения к рабочей программе дисциплины

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Подготовка к сдаче норм ГТО» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.04 «Спорт»

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовк индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики легкой атлетики им. Н.Г. Озолина
Сроки изучения дисциплины: 2 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме	Максимальное кол-во баллов

		обучения (в неделях)	
	Посещение занятий	*В течение всего семестра*	*20*
	Выступление на тему: «Методика подготовки к сдаче нормативов комплекса ГТО»	*3 неделя*	*5*
	Ведение дневника самоконтроля при подготовке к сдаче норм ГТО	*В течение всего семестра*	*5*
	Проведение практического занятия по обучению одному из нормативов (тестов) по выбору.	*В течение всего семестра*	*10*
	Написание и защита реферата по теме «Техника безопасности организации тренировочного процесса по подготовке к сдаче норм ГТО в условиях парковых зон, клубов по месту жительства, в образовательных организациях»	*5 неделя*	*5*
	Контроль нормативов по комплексу ГТО (VI ступень)	*6 -10 недели*	*35*
	Зачёт		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	**Виды текущего контроля успеваемости**	**Максимальное кол-во баллов**
1	Написание реферата по теме: «Значение самоконтроля на занятиях физической культурой и спортом»	*10*
2	Написание реферата по теме: «Проблемы и противоречия, связанные с актуальным возвращением и значимостью ВФСК ГТО. Анализ результатов выполнения норм ГТО по субъектам РФ за последние годы».	*10*
3	Написание реферата по теме: «Мотивация - эффективный способ выполнения нормативов комплекса ГТО».	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Подготовка к сдаче норм ГТО»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической

культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет **2** зачетных единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 3 семестр

3.Цель освоения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**		
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*
1	**2**	**3**	**4**	**5**

УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	3	3	3
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.			
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.			
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности			

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Модуль 1.** **Тема 1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»**	**3**	**3**	**3**	**2**		**2**		
1.1.	История возникновения и развития ВФСК ГТО.				**2**		**2**		

	Организация и проведение тестирования населения в соответствии с государственными требованиями ВФСК ГТО.								
2	**Модуль 2. Подготовка к сдаче норм ГТО**	**3**	**3**	**3**		**18**	**60**		
2.1	Планирование подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО в соответствии с половыми и возрастными особенностями развития занимающихся.					**2**	**12**		
2.2.	Методика подготовки к выполнению испытаний по определению уровня развития скоростных и скоростно-силовых способностей.					**10**	**12**		
2.3.	Методика подготовки к выполнению испытаний по определению уровня развития выносливости.					**2**	**12**		
2.4.	Методика подготовки к выполнению испытаний по определению уровня развития силовых способностей.					**2**	**12**		
2.5.	Методика подготовки к выполнению испытаний по определению уровня развития координационных способностей и гибкости.					**2**	**12**		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Фехтование»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта
(наименование)

Протокол № 01 от «01» октября 2020 г.

Составители:
Рыжкова Л.Г. – доктор педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Мовшович А.Д. – доктор педагогических наук, профессор кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Моисеев А.Б. – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Киселев В.П. – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Сидорова В.В. – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Фехтование» является: изучение приемов фехтования на различных видах оружия для поддержания должного уровня физической подготовленности при подготовке бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

Дисциплина «Фехтование» реализуется на русском языке.

Дисциплина полностью проводится в форме практической подготовки.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Фехтование» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников активного подхода при решении задач быстро и адекватно действовать в неожиданно возникающих ситуациях их профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика физической культуры, Физическая культура и спорт, Анатомия человека, Теория и методика обучения видам спорта, Безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствии с этим, программа дисциплины *«Фехтование»* формирует одну из универсальных компетенций бакалавра по физической культуре.

Окончательное формирование компетенций осуществляется в ходе практик и оценивается в ходе ГИА.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и***	*3*	*3*	*3*	

	профессиональной деятельности				
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**.

очная форма обучения

№	**Разделы дисциплины**	**Семестр**			**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1.	Краткий исторический очерк о развитии видов фехтования.	3	3	3	2		6		
2.	Системы ведения боя в различных видах фехтованиях					2	6		
3.	Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения (рапира, сабля шпага)					4	6		

4.	Управление клинком, упражнения на мишенях и тренажерах, упражнения между партнерами					2	6		
5.	Тренировка передвижений					2	6		
6.	Выбор боевых действий для применения в схватках					2	8		
7.	Применение разновидностей подготавливающих действий					2	8		
8.	Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики					2	8		
9.	Управление боевой практикой					2	8		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

1.Способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.

2.Нормы здорового образа жизни и правила их соблюдения.

3.Основной личный инвентарь и правила его использования на занятиях по фехтованию.

4.Перечень электрооборудования фехтовальной дорожки и его назначение.

5.Правила безопасного ношения спортивного оружия вне поля боя.

6.Устройство электрифицированного оборудования.

7.Основные требования к оружию в спортивном фехтовании.

8.Правила безопасного поведения в спортивном зале во время занятий по фехтованию.

9.Правила техники безопасности и условия их реализации.

10.Основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности средствами фехтования

11.Основные положения и движения оружием в фехтовании на рапирах.

12.Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения в фехтовании на рапирах.

13.Тактическое назначение и ситуации для применения действий разведки и маскировки, вызовов и помех в фехтовании на рапирах.

14.Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики в фехтовании на рапирах

15.Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения в фехтовании на саблях.

16.Разновидности подготавливающих действий и ситуаций для их применения в фехтовании на саблях.

17.Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики в фехтовании на саблях.

18.Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения в фехтовании на шпагах.

19.Разновидности подготавливающих действий и ситуаций для их применения в фехтовании на шпагах.

20.Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики в фехтовании на шпагах.

21.Основные требования к технике передвижений.

22.Комбинации приемов передвижений.

23.Модели ведения тренировочных боев.

Контрольные задания:

1.Использование основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности

2.Сборка электрооборудования фехтовальной дорожки, основные неисправности электрооборудования и пути их устранения

3.Демонстрация основных правил техники безопасности при выполнении фехтовальных упражнений.

4.Применение основных боевых действий в условиях фехтовального поединка.

5.Тестирование физической подготовленности занимающихся средствами фехтования.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Фехтование»

а) Основная литература

1. Фехтование. XXI век. Техника. Тактика. Психология. Управление тренировкой. – М.: Человек, 2013. – 232 с.

2. Начальное обучение в видах спортивного фехтования: учебное пособие для студентов, обучающихся по направлению подгот.: [утв. И рек. ЭМС ин-та «Спорта и физ. воспитания» ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ»]

3. Мовщович А.Д. Фехтование. Начинающему тренеру: метод. пособие / А.Д. Мовшович. – М.: Акад. проек: Мир, 2011. – 111 с.

4. Мовщович А.Д. Фехтование на рапирах: Техника. Тактика. Тренировка / А.Д. Мовшович. – М.: DELIBRI, 2019. – 106 с.

5. Методические рекомендации для практических занятий. Фехтование [Электронный ресурс] / А.Д. Мовшович, Л.Г. Рыжкова, В.В. Сидорова, А.Б. Моисеев, В.П. Киселев. – М.: РГУФКСМиТ, 2016. – 46 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/586375

б) Дополнительная литература

1. Фехтование [Электронный ресурс] : программа / Ю.М. Бычков, Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович, Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. – М.: Советский спорт, 2004. – 70 с. – (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). – ISBN 5-85009-915-8. – ISBN 978-5-85009-915-8. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/293650.

2. Мовшович А.Д. Фехтование на шпагах. Научные данные и спортивная тренировка. – М.: Академический Проект, 2008. – 119 с.

3. Тышлер Г.Д., Бычков Ю.М., Тышлер Д.А. Тренировка чемпиона. – М.: «Терра-Спорт», 2006. – 231 с.

4. Тышлер Д.А., Рыжкова Л.Г. Фехтование. Технико-тактическая и функциональная тренировка: методическое пособие. – М.: Академический Проект, 2010. – 183 с.

5. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. От новичка до чемпиона. – М.: Академический Проект, 2007. – 232 с.

6. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование на саблях. Техника. Тактика. Обучение. Тренировка. – М.: Академический проект, 2007. – 180 с.

7. Тышлер Д.А., Тышлер Г.Д. Фехтование. Начальное обучение. Технико-тактические приоритеты. Методики и упражнения. – М.: Академический Проект, 2010. – 133 с.

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

1. Федерация фехтования России (rusfencing.ru)
2. INTERNATIONAL FENCING FEDERATION - The International Fencing Federation official website (fie.org)

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

□программное обеспечение дисциплины:

1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

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

3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4.Перечень обучающих, контролирующих компьютерных программ, видеофильмов

4.1.Тышлер Д.А. Индивидуальный урок в фехтовании на рапирах / Техническая тренировка // Видео фильм DVD (30 мин), 1991.

4.2.Тышлер Д.А. Индивидуальный урок в фехтовании на рапирах / Тактическая тренировка // Видео фильм DVD (30 мин), 1991.

4.3.Тышлер Д.А. Индивидуальный урок в фехтовании на шпагах / Техническая тренировка // Видео фильм DVD (30 мин), 1991.

4.4.Тышлер Д.А. Индивидуальный урок в фехтовании на шпагах / Тактическая тренировка // Видео фильм DVD (30 мин), 1991.

4.5.Тышлер Д.А. Индивидуальный урок в фехтовании на саблях / Техническая и тактическая тренировка // Видео фильм DVD (26 мин), 1991.

4.6.Тышлер Г.Д. Тренировка передвижений // Видео фильм DVD (30 мин), 2003.

5. Тренажер Тышлера

6. Фехтовальный тренажер ФТ-1

7. Специализированный фехтовальный зал.

8. Спортивный инвентарь:

- фехтовальные маски;
- защитные костюмы;
- сабли спортивные;
- рапиры спортивные;
- шпаги спортивные.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине «Фехтование» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр(ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальное кол-во баллов
1	*Посещение занятий*	*1-17*	*10*
2	Контроль заданий для самостоятельной работы: 1. Краткий исторический очерк о развитии видов фехтования. Специальная информация в системе обучения и тренировки фехтовальщиков. 2. Системы ведения боя в различных видах фехтованиях. Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения (рапира, сабля шпага). 3. Управление клинком, упражнения на мишенях и тренажерах, упражнения между партнерами. Тренировка передвижений. 4. Выбор боевых действий для применения в схватках. Тактические знания в обучении фехтованию. Применение разновидностей подготавливающих действий. 5.Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики. Управление боевой практикой.	*1-2* *3-10* *3-10* *11-17* *11-17*	*5* *5* *5* *5* *5*
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения 2. Управление клинком, упражнения на мишенях и тренажерах, упражнения в парах 3. Применение разновидностей подготавливающих действий 4. Выбор и применение боевых действий	*2-10* *2-10* *11-17* *11-17*	*10* *10* *10* *10*

[1] В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

	в ходе боевой практики 5.Судейство фехтовальных поединков на различных видах оружия.	*11-17*	*10*
	Зачёт	***17***	***15***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада по теме пропущенного занятия*	*5*
2	*Написание реферата по теме пропущенного занятия*	*5*
3	*Презентация по теме пропущенного занятия*	*5*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Фехтование»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1]
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта. Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 3.

3. Целью освоения дисциплины «Фехтование» является: изучение приемов фехтования на различных видах оружия для поддержания должного уровня физической подготовленности при подготовке бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*3*	*3*	*3*	
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Краткий исторический очерк о развитии видов фехтования.	3	3	3	2		6		
2.	Системы ведения боя в различных видах фехтованиях					2	6		
3.	Состав технических приемов, разновидностей боевых действий и последовательность их освоения (рапира, сабля шпага)					4	6		
4.	Управление клинком, упражнения на мишенях и тренажерах, упражнения между партнерами					2	6		
5.	Тренировка передвижений					2	6		
6.	Выбор боевых действий для применения в схватках					2	8		
7.	Применение разновидностей подготавливающих действий					2	8		
8.	Технико-тактические приоритеты при выборе действий для тренировки и боевой практики					2	8		
9.	Управление боевой практикой					2	8		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Стрелковый спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
Теории и методики фехтования, современного пятиборья
и стрелковых видов спорта
(наименование)
Протокол № 1 от «01» октября 2020 г.

Составители:
Моисеев А.Б.. - кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Киселев В.П. – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;
Бородин А.Ю. – преподаватель кафедры Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «**Стрелковый спорт»** является - изучение стрелковых видов спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности при подготовке бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – Спорт, для осуществления деятельности в различных видах спорта.

Дисциплина «**Стрелковый спорт»** реализуется на русском языке.

Дисциплина полностью проводится в форме практической подготовки.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Стрелковый спорт» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников активного подхода при решении задач, быстро и адекватно действовать в неожиданно возникающих ситуациях их профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика физической культуры, Физическая культура и спорт, Анатомия человека, Теория и методика обучения видам спорта, Безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствие с этим, программа дисциплины *«Стрелковый спорт»* формирует одну из универсальных компетенций бакалавра по физической культуре.

Окончательное формирование компетенций осуществляется в ходе практик и оценивается в ходе ГИА.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*3*	*3*	*3*	

УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**.

очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Модуль 1. Общие теоретические основы стрелкового спорта**	3	3	3					
2.	Тема 1.1 Введение в специальность				2				
3.	Тема 1.2 Стрелковое спортивное оружие					2	6		

4.	Тема 1.3 История развития стрелковых видов спорта					2	8		
5.	Тема 1.4 Меры и техника безопасности в тирах и на стрельбище					2			
6.	Тема 1.5. Внутренняя и внешняя баллистика .					2	6		
7.	Тема 1.6. Правила соревнований и соревновательные упражнения при стрельбе из винтовок					2	6		
8.	Тема 1.7. Спортивные сооружения для занятий стрелковыми видами спорта						8		
9.	**Модуль 2. Основы техники выполнения прицельного выстрела**								
	Тема 2.1. Теоретические основы техники выполнения прицельного выстрела					2	6		
	Тема 2.2. Техника стрельбы из мелкокалиберной винтовки «лежа»					2	8		
	Тема 2.3. Техника стрельбы из пневматической винтовки					2	6		
	Модуль 3. Методика обучения								
	Тема.3.1. Методика начального обучения технике стрельбы из винтовок					2	8		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

1. Способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности.
2. Нормы здорового образа жизни и правила их соблюдения.
3. Возникновение и развитие стрелкового оружия.

4. Значение выступления российских и советских стрелков на Олимпийских играх, мировых и европейских чемпионатах для популяризации вида спорта.
5. История развития пулевой стрельбы как вида спорта.
6. Развитие пулевой стрельбы в СССР: первые спортивные секции, организации, соревнования и т.д.
7. Достижения советских и российских стрелков на крупнейших международных соревнованиях.
8. Правила поведения стрелка в тире и на стрельбище.
9. Правила поведения стрелка на линии огня.
10. Правила переноса, транспортировки оружия и обращения с ним.
11. Основные части винтовок.
12. Меры обеспечения безопасности во время тренировки и соревнований.
13. Краткая характеристика мест занятий пулевой стрельбой.
14. Спортивное оружие, используемое в пулевой стрельбе.
15. Краткая характеристика боеприпасов, используемых в пулевой стрельбе.
16. Устройство и краткая характеристика унитарного патрона.
17. Прицельные приспособления и их характеристики.
18. Элементы техники стрельбы из винтовки лёжа.
19. Экипировка стрелка (одежда, обувь, и т. д.)
20. Основные элементы техники выполнения выстрела в пулевой стрельбе.
21. Понятие о прицельном выстреле, СТП (средняя точка попадания).
22. Определение СТП, расчёт и внесение поправок.
23. Классификация оружия в соответствии с законом РФ «Об оружии».
24. Правила соревнований при выполнении винтовочных упражнений.
25. Основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности средствами стрелковых видов спорта

Контрольные задания:

1. Использование основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности
2. Подготовка оружия к выполнению выстрела, основные неисправности и пути их устранения.
3. Демонстрация основных правил техники безопасности при выполнении стрелковых упражнений.
4. Выполнение основных контрольных упражнений, в условиях приближенных к соревновательным.
5. Тестирование физической подготовленности занимающихся средствами стрелковых видов спорта

6.Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Стрелковый спорт»

а) основная литература:

1. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба / Ю.Н.Шилин , А.А.Насонова -М.: ТВТ Дивизион, 2012.

2. Шилин Ю.Н Спортивная стрельба из лука / Ю.Н.Шилин , Е.Н.Белевич -М.: ТВТ Дивизион, 2011.

б) дополнительная литература:

3. Иванова М.П., Шилин Ю.Н. Изменение коркового моторного потенциала под влиянием психорегулирующих тренировок для повышения спортивных результатов / М.П.Иванова, Ю.Н.Шилин – М.: Теория и практика физической культуры, 1983, № 12.

4. Научно-практические аспекты совершенствования системы подготовки и управления процессом тренировки в стрелковом спорте: Сборник научных материалов. - Воронеж, 2000. – 4-17с.

5. Полякова Т.Д. Средства и методы повышения концентрации внимания стрелков: Методические рекомендации / Т.Д.Полякова, М.Д.Рудина - Минск, 1990.- 170с.

6. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер / Л.М.Вайнштейн - М.: ДОСААФ, 1977.

7. Володина И.С. Подготовка стрелка-спортсмена / И.С.Володина - М.: РГАФК, 1995.

8. Володина И.С. Специальные упражнения и тренажеры в подготовке стрелков-пулевиков: Учебное пособие для студентов дневного и заочного отделений ИФК./ И.С.Володина, М.М.Кубланов, И.Л.Зозулина - Воронеж, 1999.

9. Гачечиладзе Я.В. Физическая подготовка стрелка / Я.В.Гачечиладзе, В.А.Орлов - М.: ДОСААФ, 1984.

10.Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена / М.Я.Жилина - М.: ДОСААФ, 1986.

11. Иткис М.А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена / М.А.Иткис - М.: ДОСААФ, 1982.

12. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания / А.Я.Корх - М.: ФиС, 1986.

13. Корх А.Я. Спортивная стрельба / А.Я.Корх - М.: ФиС, 1987.

14. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность / А.Я.Корх - М.: Терра-Спорт, 2000.

15. Корх А.Я.Организация самостоятельной работы в физкультурных вузах (творческая тетрадь) / А.Я.Корх , Е.Д.Скальская - М.: ГЦОЛИФК, 1989.

16. Корх А.Я. Совершенствование в пулевой стрельбе / А.Я.Корх - М.: ДОСААФ, 1973.

17. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба / А.А.Юрьев - М.: ФиС, 1973.

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

1. ФЕДЕРАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ РОССИИ — ФЕДЕРАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ СТРЕЛЬБЫ РОССИИ (ipsc.ru)
2. Стрелковый союз России (shooting-russia.ru)

3.www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;

4.http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1.Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2.Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4.Специализированный тир и оборудование, включая инвентарь и патроны:

1.средства защиты слуха (наушники);
2.зрительные трубы;
3.малокалиберные стандартные спортивные винтовки калибра 5,6мм;
4.пневматические спортивные винтовки калибра 4,5мм;
5.спортивные патроны калибра 5,6 мм;
6.пульки для пневматических винтовок калибра 4,5мм;
7.наборы мушек различных размеров;
8.стрелковые электронные тренажеры «СКАТТ»;
9.стрелковые мишенные электромеханические установки для стрельбы из малокалиберных винтовок;
10. стрелковые мишенные электромеханические установки для стрельбы из пневматических винтовок;
11.стрелковые куртки;
12.ружейные ремни;
13.стрелковые винтовочные перчатки;
14.стрелковые коврики;
15.бумажные мишени;
16.стрелковый 50-ти метровый тир, оборудованный для стрельбы из спортивных винтовок;

17.охраняемая комната хранения оружия и патронов (КХО);
18.оружейная мастерская для мелкого ремонта и наладки спортивных винтовок;
19. учебный класс,
20.тематические плакаты по стрелковому спорту;
21.материалы и оборудование для чистки и обслуживания оружия;
22.набор судейских инструментов, применяемых в стрелковом спорте;
23.документация для обеспечения практических стрельб, в соответствии с требованиями российского законодательства, регламентирующего оборот оружия и патронов;
24.оргтехника;
25.видеоматериалы по стрелковому оружию и спорту.

Расчет потребного количества оружия и патронов.

СПОРТИВНОЕ ОРУЖИЕ (количество на одного занимающегося в год)	
Спортивная винтовка 5,6 мм	1 шт.
Спортивная пневматическая винтовка 4.5 мм	1шт.
ПАТРОНЫ, ПУЛИ (количество на одного занимающегося на один год)	
Патроны спортивные 5,6 мм	100 шт.
Пули к пневматическому оружию 4,5 мм	50 шт.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Стрелковый спорт» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

Сроки изучения дисциплины: 3 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение занятий		10
2	Контроль заданий для самостоятельной работы: 1. Стрелковое спортивное оружие. 2. История развития стрелкового спорта. 3. Меры и техника безопасности в тирах и на стрельбище. 4. Внутренняя и внешняя баллистика. 5. Характеристика соревновательных упражнений по пулевой стрельбе из винтовки.	 1-2 3-10 3-10 11-17 11-17	 5 5 5 5 5
3	Контроль освоения практических навыков: 1. Структура процесса обучения технике стрельбы 2. Обучение элементам техники: изготовке, управлению дыханием, прицеливанию, управлению спуском. 3. Методические приемы, приспособления, устройства и приборы, применяемые при обучении. 4. Анализ и исправление ошибок в стрельбе 5. Выполнение контрольных стрелковых упражнений.	 2-10 2-10 11-17 11-17 11-17	 10 10 10 10 10
4	***Зачёт***		15
Всего:			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада по теме пропущенного занятия*	*5*
2	*Написание реферата по теме пропущенного занятия*	*5*
3	*Презентация по теме пропущенного занятия*	*5*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Стрелковый спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет ***82 академических часа***.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 3.

Цель освоения дисциплины: изучение стрелковых видов спорта для поддержания должного уровня физической подготовленности при подготовке бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – Спорт, для осуществления деятельности в различных видах спорта.

1.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*3*	*3*	*3*	
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

2.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Модуль 1. Общие теоретические основы стрелкового спорта**	3	3	3					
2.	Тема 1.1 Введение в специальность				2				
3.	Тема 1.2 Стрелковое спортивное оружие					2	6		
4.	Тема 1.3 История развития стрелковых видов спорта					2	8		
5.	Тема 1.4 Меры и техника безопасности в тирах и на стрельбище					2			
6.	Тема 1.5. Внутренняя и внешняя баллистика .					2	6		
7.	Тема 1.6. Правила соревнований и соревновательные упражнения при стрельбе из винтовок					2	6		
8.	Тема 1.7. Спортивные сооружения для занятий стрелковыми видами спорта						8		
9.	**Модуль 2. Основы техники выполнения прицельного выстрела**								
	Тема 2.1. Теоретические основы техники выполнения прицельного выстрела					2	6		
	Тема 2.2. Техника стрельбы из мелкокалиберной винтовки «лежа»					2	8		

	Тема 2.3. Техника стрельбы из пневматической винтовки					2	6		
	Модуль 3. Методика обучения								
	Тема.3.1. Методика начального обучения технике стрельбы из винтовок					2	8		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Восточные боевые искусства»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Восточные боевые искусства», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Восточные боевые искусства», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики восточных боевых искусств
(наименование)

Протокол № 6 от «21» октября 2020 г.

Составитель:
Орлов Юрий Леонидович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой Теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Восточные боевые искусства» является успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре восточных единоборств в целом (на примере каратэдо), необходимых для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

Дисциплина «Восточные боевые искусства» реализуется на русском языке.

Дисциплина проводится в форме теоретической и практической подготовки.

2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина «Восточные боевые искусства» относится к элективным дисциплинам по физической культуре и спорту вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата.

Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра обусловлено необходимостью формирования у выпускников активного подхода при решении задач быстро и адекватно действовать в неожиданно возникающих ситуациях их профессиональной деятельности.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как Теория и методика физической культуры, Физическая культура и спорт, Анатомия человека, Теория и методика обучения видам спорта, Безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствии с этим, программа дисциплины *«Восточные боевые искусства»* формирует одну из универсальных компетенций бакалавра по физической культуре.

Окончательное формирование компетенций осуществляется в ходе практик и оценивается в ходе ГИА.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*4*	*4*	*4*	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4. Структура и содержание дисциплины «Восточные боевые искусства» (на примере каратэдо)

Общая трудоемкость дисциплины составляет **82 академических часа**.
очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Общетеоретические сведения о восточных боевых искусствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки	4	4	4	2	4	14		
2.	Базовая техника восточных боевых искусств (на примере каратэдо)					6	14		
3.	Тактика восточных боевых искусств (на примере каратэдо)					4	14		
4.	Интегральная подготовка в восточных боевых искусствах (на примере каратэдо)					4	20		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Содержание зачетных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения

Вопросы для устного ответа:

1. Характеристика каратэдо как системы рукопашного боя без оружия, вида спорта и средства физического воспитания.
2. Место каратэдо в государственной системе физического воспитания населения. Прикладное и воспитательное значение каратэдо для подготовки молодежи к труду и службе в вооруженных силах.
3. Особенности, цели и задачи традиционного, спортивного и прикладного направлений в каратэдо. Место каратэдо среди других видов восточных боевых искусств и спортивных единоборств.
4. Объективные условия деятельности каратэистов и влияние занятий каратэдо на организм занимающихся. Оздоровительный аспект в занятиях каратэдо.
5. Конфликтный характер соревновательной деятельности каратэистов.
6. Характеристика физических и психических нагрузок в спортивной деятельности каратэистов. Физические и психические качества, наиболее важные для каратэиста.
7. Характеристика мест занятий и соревнований. Экипировка, инвентарь и оборудование в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.
8. Системы организации учебного процесса в традиционном и спортивном направлениях каратэдо.
9. Правила поведения в зале, нормы этикета, морально-этические принципы и основы мировоззрения занимающегося каратэдо.
10. Система квалификационных разрядов и званий в традиционном и спортивном направлениях каратэдо, принципы их присвоения.
11. Генезис боевых искусств, протосистемы рукопашного боя без оружия.
12. Эволюция боевых искусств Китая, их влияние на развитие каратэдо.
13. Эволюция боевых искусств Японии, их влияние на развитие каратэдо.
14. Исторические корни и социально-экономические предпосылки возникновения каратэдо на Окинаве.
15. Исторические этапы развития каратэдо как системы рукопашного боя без оружия.
16. Краткие биографии великих мастеров каратэдо XVIII – XX веков.
17. Развитие каратэдо как боевого искусства и вида спорта в Японии.
18. Характеристика ведущих школ каратэдо и их распространение в мире.

19. Этапы развития спортивного каратэ. Деятельность Всемирной федерации каратэ (WKF), Европейской федерации каратэ (EKF) и других международных организаций, развивающих различные направления и школы каратэдо. Перспективы дальнейшего развития каратэдо.

20. Зарождение и распространение каратэдо в СССР и России.

21. Участие и достижения российских каратэистов в чемпионатах мира и Европы. Деятельность федерации каратэ России и других общероссийских организаций каратэ.

22. Причины травматизма на соревнованиях и занятиях каратэдо.

23. Контроль дистанции при выполнении ударов, страховка и самостраховка при проведении бросков – основа безопасности занимающихся каратэдо в условиях проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований.

24. Методические и организационные требования, направленные на предупреждение травм. Специальные упражнения для овладения навыками контроля дистанции – СУНДОМЭ, страховки и самостраховки.

25. Методы оказания первой до врачебной помощи.

26. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.

27. Принципы обеспечение режима питания, двигательной активности, сна и отдыха занимающихся. Личная и общественная гигиена занимающихся каратэдо.

28. Определение понятия «терминология». Термины и их значение.Требования, предъявляемые к терминологии. Японская и русская терминология, применяемая в каратэдо.

29. Классификация терминов. Система построения терминов в каратэдо. Содержание и характеристика общих, основных и дополнительных терминов и понятий каратэдо.

30. Определение понятия «классификация». Метод классификации как результат обобщения практического опыта. Принципы построения классификации. Связь терминологии и классификации. Влияние классификации на методику обучения и тренировки в каратэдо.

31. Классификация и терминология средств традиционного каратэдо и средств спортивного каратэ.

32. Определение понятия «базовая техника каратэдо». Общая характеристика техники каратэдо и её значение для становления мастерства бойца. Рациональная техника как идеальная модель соревновательной деятельности. Удельный вес техники в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь. Технический арсенал каратэиста и закономерности его формирования.

33. Классификация и терминология базовой техники каратэдо.

34. Определение понятия «тактика каратэдо». Общая характеристика тактики традиционного каратэдо и спортивного каратэ. Значение тактики для становления мастерства бойца. Взаимосвязь техники и тактики. Разделы тактики. Виды тактики. Элементы тактики. Тактические приемы.

35. Классификация и терминология тактики традиционного каратэдо.

36. Классификация и терминология тактики спортивного каратэ.

37. Определение понятия «интегральная подготовка в каратэдо». Характеристика разделов интегральной подготовки в каратэдо и их значение для становления мастерства бойца. Удельный вес интегральной подготовки в ряду других сторон спортивного мастерства и их взаимосвязь.

38. Классификация и терминология средств интегральной подготовки в каратэдо.

39. Классификация и терминология средств физической подготовки в каратэдо.

40. Основы и средства дистанционного взаимодействия с противником в каратэдо. Определение понятия «Боевая дистанция». Виды боевых дистанций. Радиус эффективности ударных действий. Оперативная оценка дистанции. Чувство дистанции и его развитие. Дистанционно-целевая точность.

41. Основы и средства визуального взаимодействия с противником в каратэдо. Начальные сведения о механизме двигательной реакции. Роль зрительного анализатора в оптимальном реагировании. Простая и сложная двигательные реакции, виды сложных двигательных реакций. Технология наблюдения за противником. Виды приемов наблюдения.

42. Методы дыхания в каратэдо. Способы дыхания в бою, дыхание при выполнении ката, приемы восстановительного дыхания. Методы произволь-ного мышечного напряжения и расслабления в каратэдо.

43. Методы формообразования и названия ударных и блокирующих поверхностей рук и ног в каратэдо.

44. Топография человеческого тела, основные жизненно важные центры и болевые точки человеческого тела.

45. Основные задачи и начальные методы психотренинга в каратэдо.

Контрольные задания:

1. Использование основ физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности

2. КАТА: *КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СЁДАН;*

3. РЭН СЮХО-НО КАТА: *РЭН СЮХО-НО КАТА № 1;*

4. КУМИТЭ: *ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы.*

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Восточные боевые искусства»

а) Основная литература

1. Орлов Ю.Л. Примерная учебная программа подготовки по традиционному и спортивному направлениям каратэ для детско-юношеских спортивных школ, учреждений дополнительного образования, физкультурно-оздоровительных и спортивных клубов. – М.: Физкультура и спорт, 2010.
2. Орлов Ю.Л. Курс лекций по теории и методики каратэдо. РГУФК. 2014-2017.
3. Орлов Ю.Л. Основы боевого дистанционного взаимодействия в каратэдо (статья). Актуальные вопросы подготовки спортсменов в спорте высших достижений. Материалы Всероссийской Интернет-конференции. – М.: «Светотон ЛТД», 2011. – С.132 -134.
4. Орлов Ю.Л. Терминология и классификация каратэдо. Проблемы совершенствования технико-тактической подготовки в спортивных единоборствах. Сборник статей. Под редакцией А.Н.Блеера. – М.: Физическая культура, 2010. стр. 94–111.
5. Орлов Ю.Л. Анализ двигательного состава и структуры атакующего действия в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 149-154.
6. Орлов Ю.Л. Терминологическая систематизация атакующих действий в спортивном каратэ. Составители: В.В. Шиян, А.А. Передельский, В.А. Дамдинцурунов // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 16-17 июня 2016 г./ РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2016. – С. 155-160.
7. Орлов Ю.Л. Исследование составляющих успешности защитно-ответных действий в традиционном каратэ. Составитель В.В. Шиян // Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 16-17 июня 2017 г.) / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК). – М.: Анта-Пресс, 2017. – С. 193-204.
8. Правила соревнований по каратэ, принятые ВКФ в 2017 г.

б) Дополнительная литература

1.Бишоп Марк. Окинавское каратэ: учителя, стили, тайные традиции и секретная техника школ воинского искусства / пер. с англ. А. Кратенкова. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 1999. – 304с.

2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика в спорте. – М.: ФиС, 1986.
3. Горбылёв А. М. Японские воинские искусства. // «Додзё», 1997, № 1.
4. Горбылёв А. М. Великие мастера каратэ: Мацумура Сокон, Хигаонна Канрё, Уэти Камбун. // «Додзё», 2002, № 1.
5. Горбылёв А М. Секреты смертельного касания. // «Кэмпо», 1997, № 3.
6. Горбылёв А.М. Ката – коаны каратэ. // «Кэмпо», 1997, № 1.
7. Горбылёв А. М. Секреты ката Сантин // «Додзё», 2000, № 5
8. Горбылёв А. М. Опасности ката Сантин. // «Додзё», 2000, № 5.
9. Горбылёв А. М. Найханти – главное ката Томаритэ и Сюритэ. // «Додзё», 2001, № 6.
10. Горбылёв А. М. Становление Сито-рю каратэдо. М.: ООО «Будо-спорт», 2003. – 272 с.
11. Горбылёв А. М. Техника поражения уязвимых точек в дзюдо. // «Додзё», 2000, № 5.
12. Долгачев П. Ката Сантин в Годзю-рю. // «Додзё», 2000, № 5.
13. Дембо А. Г. Врачебный контроль в спорте. М.: Медицина, 1988.
14. Игнатов О. В. Силовая подготовка каратиста. // «Додзё», 2001, № 8.
15. Игнатов О.В. Гибкость и методы ее развития в боевых искусствах. // «Додзё», 2002, № 1.
16. Игнатов О. В. Выносливость и методы ее развития в контактных единоборствах. // «Додзё», 2002, № 2.
17. Кук Д. Ч. Сила каратэ. – МП «Паломник» - МП «Норд-Спорт»,1993. 208 с.
18. Мабуни Кэнва. Настрой занимающегося каратэ. // «Додзё», 2002, № 3.
19. Маряшин Ю. Е. Современное каратэ: Функциональная гимнастика. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. – 176 с.
20. Маряшин Ю. Е. О проблемах роста мастерства в каратэ. // «Додзё», 2004, № 1.
21. Мабуни Кэнва. Ката Сантин в Сито-рю. Перев. Горбылёв А.М. //
22. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Названия, виды и значение ката. Перевод с японского Алексея Горбылёва. // «Додзё», 2002, № 4.
23. Мабуни Кэнва, Накасонэ Гэнва. Снаряды для дополнительных упражнений (ходзё ундо гу) и методы тренировки (танрэнпо) // «Додзё», 2003, №№ 2-3.
24. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. Учебник для студентов ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543с.
25. Окадзаки Хирото. Ката и реальный бой // «Додзё», 2004, № 6.
26. Окадзаки Хирото. Примеры использования технических элементов ката Найфантин в реальном бою. // «Додзё», 2005, № 1.
27. Окадзаки Хирото. Давайте развивать способности детей с помощью каратэ. // «Додзё», 2005, № 1.
28. Орлов Ю. Л. Найфанти сёдан – учебник бросков каратэдо. // «Додзё», 2001, № 6.

29. Орлов Ю.Л. Комплекс контрольных упражнений, рекомендуемый для тестирования уровня специальной физической подготовленности занимающихся в ДЮСШ спортивным каратэ. Материалы научно-практической конференции преподавателей кафедры теории и методики единоборств: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам», часть II. – сост. проф. Игуменов В.М., Свищев И.Д. – М.: РГУФКСиТ – 2010. стр.22-30.

30. Орлов Ю.Л. Рекомендации по оптимизации деятельности отделений каратэ в ДЮСШ с учетом специфики восточных боевых единоборств и современных тенденций развития детско-юношеского спорта в РФ. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.54-61.

31. Орлов Ю.Л. Основные направления организации занятий каратэ в ДЮСШ с детьми дошкольного и младшего школьного возраста на этапе предварительной подготовки. Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.50-54.

32. Орлов Ю.Л. Некоторые средства и методы комплексного развития и совершенствования быстроты атакующих действий у юных, занимающихся спортивным каратэ. Статья. Материалы научной конференции кафедры теории и методики единоборств РГУФКСМиТ: «Совершенствование системы подготовки кадров по единоборствам». Часть 2. – М.: «Принт Центр», 2012. – С.12-20.

33. Орлов Ю.Л., Вагин А.Ю. Анализ кинематических характеристик типовых способов выполнения прямого удара кулаком в традиционном каратэдо. Статья. Сборник трудов ученых РГУФКСМиТ. 2012.

34. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Специализированные методы развития сенсомоторных дизъюнктивных реагирований у юных спортсменов, занимающихся каратэ. Статья. Сборник трудов молодых ученых РГУФКСМиТ. 2012.

35. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование двигательных реакций каратистов с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. - № 2. – С.12-15

36. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Совершенствование дифференцировочной двигательной реакции у единоборцев с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Экстремальная деятельность человека. – 2014. - № 3(32). – С.64-67

37. Орлов Ю.Л., Мандыч И.Н. Методика тренировки быстроты дизъюнктивных реагирований в каратэ с использованием лазерного тренажера-стимулятора визуально-моторных реагирований. Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2014. - № 5(111). – С.94-98

38. Орлов Ю.Л., Озимова И.В. Особенности направленности и содержания интегральной подготовки в спортивном каратэ (на примере восточного боевого единоборства КАРАТЭДО СИТО РЮ). Материалы научно-практической межрегиональной конференции: Проблемы обучения восточным боевым искусствам и спортивным единоборствам в ВУЗах (23-24 января 2010 года) / Кафедра теории и методики восточных боевых искусств РГУФКСиТ. – М.: Светотон, 2010. стр.61-68.

39. Рояма Хацуо. Техника ударов руками и методика их тренировки. // «Додзё», 2004, № 5.

40. Рояма Хацуо. Техника ударов ногами и методика их тренировки.// «Додзё»,2004,№ 6.

41. Рояма Хацуо. Каратэдо и техника дыхания. // «Додзё», 2005, № 1.

42. Селуянов В.Н. Технология оздоровительной физической культуры / В.Н. Селуянов. – М.: СпортАкадемпресс, 2001. -331 с.

43. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 1. Пропедевтика.- М.: Советский спорт, 1997.–288с.: илл.

44. Туманян С. Г. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х кн. Кн. 2. Кинезиология и психология. - М.: Советский спорт, 1997. – 288 с.: илл.

45. Филимонов В. И. Теория и методика бокса. – М.: «ИНСАН», 2006. - 584 с.

46. Фунакоси Гитин. «Двадцать наставлений о пути каратэ» и их разъяснение. // «Додзё», 2005, №№ 1-2.

47. Харлампиев А.А., Тактика борьбы самбо. М., ФиС, 1958.

48. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 1. 2008 г.

49. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 2. 2009 г.

50. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 3. 2009 г.

51. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 4. 2009 г.

52. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 5. 2010 г.

53. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 6. 2011 г.

54. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 7. 2011 г.

55. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 8. 2012 г.
56. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 9. 2012 г.
57. Хидэн. Боевые искусства и рукопашный бой. Научно-методический сборник под редакцией Горбылева А.М. Выпуск 10. 2013 г.
58. Чумаков Е.М. Физическая подготовка борцов. Учебное пособие. М., РГАФК, 1996.
59. Чумаков Е.М. Моделирование спортивной деятельности борца. Методическая разработка. Москва, 1986.
60. Чумаков Е.М., Ионов С.Ф. Индивидуальное планирование тренировки борца-самбиста. Методические рекомендации. Москва, 1986.
61. Ямада Коо. Каппо. Основные аспекты реанимации. //«Додзё», 2004, № 4

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

1. Федерация каратэ России (ruswkf.ru)

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

–программное обеспечение дисциплины:

–1)Windows Professional, x64 Ed.;

–2)Microsoft Office 2016;

–3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);

–4)Acrobat Reader DC.современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

отечественные базы данных:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.зарубежные базы данных:

1.«HealthResearchPremiumCollection» компанииProQuestwww.proquest.com.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

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

3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4.Специализированный зал, оборудованный специальным покрытием (татами), снарядами и инвентарём.

5. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий**:** видеопроектор, диктофон, ноутбук, принтер, сканер, копировальный аппарат, стационарный компьютер

Приложения к рабочей программе дисциплины

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Восточные боевые искусства» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Восточные боевые искусства», «современное пятиборь Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых ви спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по вид спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики восточных боевых искусств
Сроки изучения дисциплины: 3 семестр (ы)
Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№ п\п	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максим. колич-во баллов*
1	**Устный опрос по темам, входящим в раздел «Общетеоретические сведения о восточных боевых искусствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки»:**		**Всего 30**
	1. Безопасность и профилактика травматизма на занятиях каратэдо 2. Генезис восточных боевых искусств 3. Основы дистанционного и визуального взаимодействия в каратэдо 4. Сведения о каратэдо специального характера 5. Сведения о технике, тактике и методике подготовки в каратэдо 6. Система организации учебного процесса в каратэ	3 неделя 5 неделя 7 неделя 9 неделя 11 неделя 13 неделя	5 5 5 5 5 5
2	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Базовая техника восточных боевых искусствах (на примере каратэдо)»:**		**Всего 20**
	1. Средства обеспечения 2. Средства нападения 3. Средства защиты 4. Комбинации приёмов	2 неделя 4 неделя 6 неделя 12 неделя	5 5 5 5
3	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Тактика восточных боевых искусствах (на примере каратэдо)»:**		**Всего 10**
	1. Тактика нападения 2. Тактика обороны	8 неделя 10 неделя	5 5
4	**Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Интегральная подготовка в восточных боевых искусствах (на примере каратэдо)»:**		**Всего 15**
	1. Индивидуальная интегральная подготовка 2. Боевая интегральная подготовка	14 неделя 15 неделя	5 10
5	**Рубежный контроль:** зачёт	16 неделя	**15**
6	**Посещение занятий**	В течение семестра	**10**
Итого			**100**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Подготовка доклада по теме пропущенного занятия*	*5*
2	*Написание реферата по теме пропущенного занятия*	*5*
3	*Презентация по теме пропущенного занятия*	*5*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики фехтования, современного пятиборья и стрелковых видов спорта

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Восточные боевые искусства»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «Восточные боевые искусства», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1]
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**
Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 3.

Целью освоения дисциплины Целью освоения дисциплины «Восточные боевые искусства» является успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре восточных боевых искусств (на примере каратэдо), необходимых для подготовки бакалавров по направлению подготовки 49.03.04 – «Спорт», для осуществления деятельности в различных видах спорта.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*4*	*4*	*4*	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни				
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности				
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

4.Краткое содержание дисциплины: очная форма обучения

№	Разделы дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Общетеоретические сведения о восточных боевых искусствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки	4	4	4	2	4	14		
2.	Базовая техника восточных боевых искусств (на примере каратэдо)					6	14		
3.	Тактика восточных боевых искусств (на примере каратэдо)					4	14		
4.	Интегральная подготовка в восточных боевых искусств (на примере каратэдо)					4	20		
Всего: 82 часа					**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ *«СТРИТБОЛ»*

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: *Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта* ***(очная форма обучения)***

Уровень образования: *бакалавриат*
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры
Теории и методики баскетбола
Протокол № 3 от «01» октября 2020 г.

Составители:

Лосева Ирина Владимировна – к.п.н., доцент кафедры ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ;

Никонов Дмитрий Николаевич – старший преподаватель кафедры ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ;

Лаптев Сергей Олегович – старший преподаватель кафедры ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ.

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения элективной дисциплины «Стритбол» является:

– обеспечение студентов необходимым объемом двигательной активности для поддержания должного уровня физической подготовленности и физического здоровья;

– привлечение студентов к современным, доступным и популярным видам спортивной деятельности;

– овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками целенаправленного применения средств и методов различных видов баскетбола на тренировочных занятиях с занимающимися и спортсменами в своей профессиональной деятельности.

Дисциплина реализовывается на русском языке.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

В учебном плане направления подготовки 49.03.04 – «Спорт» для очной формы обучения, дисциплина Б1.В.ДВ.02.21 «Стритбол» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений и является элективной дисциплиной по физической культуре и спорту (ДВ). Программа дисциплины составлена на основании требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

В основе преподавания дисциплины «Стритбол» лежат научно-методические концепции большинства дисциплин ОПОП, таких как: анатомия, физиология, биомеханика, гигиена, педагогика, психология, основы теории физической культуры, спортивной медицины. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины, будут использованы обучающимися при освоении других двигательных дисциплин и в процессе будущей профессиональной деятельности.

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

В процессе освоения дисциплины, обучающимся необходимо овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов при реализации данной образовательной программы.

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине Этап формирования компетенции (номер семестра)** **Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Очная форма обучения**
1	**2**	**3**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*4*
УК-7.1. Знает:	– способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности; – правила соблюдения норм здорового образа жизни	*4*
УК-7.2. Умеет:	– использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	*4*
УК-7.3. Владеет:	– здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*4*

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часа**, из них 2 часа – лекционные занятия, 18 часов – практические занятия, 62 часа отводятся на самостоятельную работу студента.

4.1. Очная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**	**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола формата 3х3	4		2	6		
2	Тема: История возникновения и развития уличного баскетбола в России и в мире	4		2	6		
3	Тема: Характеристика игры в стритбол и его особенности	4	2		8		
4	Тема: Структура и содержание подготовки игроков-стритболистов	4		4	12		
5	Тема: Отбор игроков для команд по уличному баскетболу разного возраста и квалификации	4		2	6		
6	Тема: Правила соревнований и игровая деятельность в баскетболе формата 3х3	4		4	12		
7	Тема: Методика организации и проведения соревнований в стритболе	4		4	12		
Итого часов			**2**	**18**	**62**		*Семестровый зачет*

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

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

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условием допуска студента к зачету являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение курса завершается зачетом в конце изучения дисциплины.

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом

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

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

Текущий контроль успеваемости по дисциплине предусматривает:

контроль знаний по вопросам изученных разделов и тем;

проверку умений методически правильно объяснить и показать основные элементы техники и тактики игры 3х3;

оценку владения основами организации и проведения судейства учебной игры формата 3х3 или ее части.

В процессе реализации дисциплины студент может подготовить и защитить реферат, презентацию или любую другую самостоятельную работу (видео с элементами игры и др). В зависимости от контингента и условий, демонстрация может осуществляться как самостоятельно на экране, на площадке, так и схематически на демонстрационной доске.

Самостоятельная работа студентов подразумевает ознакомление со специальной литературой, интернет-сайтами соответствующего содержания, со специально-подготовленными пособиями, просмотром тренировочных занятий и матчей по стритболу, а также выполнение самостоятельных заданий по подготовке к отдельным занятиям.

5.1.1.Тематика рефератов, презентаций, видеоматериалов:

1. История возникновения уличного баскетбола в России и за рубежом.
2. Современное состояние баскетбола 3х3 в России.
3. Официальные правила FIBA баскетбола 3х3.
4. Основные сходства и различия в правилах классического баскетбола и баскетбола 3х3.
5. Система отбора баскетболистов 3х3 на Олимпийские игры.
6. Система отбора российских команд на Челлендж и Мастерс.
7. Анализ выступления ведущих мужских команд 3х3 в Чемпионате и Кубке России сезона 2019/20гг.

8. Анализ выступления ведущих женских команд 3х3 в Чемпионате и Кубке России сезона 2019/20гг.

9. Крупнейшие международные соревнования текущего сезона для сборных команд и участие в них российских сборных по баскетболу 3х3.

10. Крупнейшие международные соревнования текущего сезона для клубных команд и участие в них российских команд по баскетболу 3х3.

11. Методика организации и проведения соревнований по баскетболу 3х3.

12. Характеристика игры в нападении.

13. Характеристика игры в защите.

14. Значение силовой и скоростно-силовой подготовки в баскетболе 3х3.

15. Тема по выбору студента (при обязательном согласовании с ведущим преподавателем).

5.1.2. Виды заданий на отдельные практические занятия для студентов

1. Участие в организации учебных игр и соревнований по баскетболу 3х3.

2. Судейство учебных игр и соревнований по баскетболу 3х3 (судья в поле, ведение протокола игры).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине

5.2.1. Перечень контрольных вопросов к зачету для студентов очной формы обучения

1. Официальные правила FIBA баскетбола 3х3.

2. Особенности методики организации и проведения соревнований по баскетболу 3х3.

3. Общая характеристика игры и ее основные отличия от классического баскетбола.

4. Особенности методики обучения технике игры в стритболе.

5. Особенности методики обучения тактике баскетбола 3х3.

6. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).

7. Методика построения занятий по баскетболу 3х3, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.

8. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.

9. Корт и мяч в баскетболе 3х3. Размеры и разметка.

10. Состав команды и процедура замен.

11. Игровое время/победитель игры. Овертайм и его особенности.

12. Методика ведения протокола игры в баскетболе 3х3.

13. Начало игры. Особенности процедуры определения первого владения.

14. Время на атаку кольца в баскетболе 3х3. Затягивание атаки.

15. Система начисления очков в баскетболе 3х3.

16. Фолы. Штрафные броски.

17. Как играют мячом после успешного попадания.

18. Как играют мячом после неудачного броска.

19. Тайм-ауты в баскетболе 3х3.

20. Использование видеоматериалов и процедура подачи протеста.

21. Особенности работы судейской бригады в баскетболе 3х3.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

6.1. Основная литература:

1. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование": рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.

6.2. Дополнительная литература:

1. Григорьева И.И., Черноног Д.Н. Образование и спортивная подготовка:процессы модернизации. Вопросы и ответы. Часть 1. Организация

тренировочного процесса/ И.И. Григорьева, Д.Н.Черноног. – М.: Спорт, 2016. – 296 с.

2. Зинин А.М. Тренер. Секреты мастерства. – М.: Издательство «Перо», 2017. – 222с.

3. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5: (сб. лекций): учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин]: Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.

4. Лепешкин В.А. Баскетбол: подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.

5. Лепешкин В.А. Баскетбол: подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.

6. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу: [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.

7. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс]: рабочая прогр. дисциплины: направление подгот. 49.03.01: профиль подгот.: "Физ. культура": квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр: форма обучения - оч., заоч.: утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.]: М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

8. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.]: Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

9. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров: 110 упражнений от простых до сложных: [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.

10. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура: доп. Умо по специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.

11. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол: в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.

12. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов: Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.

13. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1.www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
2.http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

14. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

- программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:
1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

Наименование вида спорта	**Оснащенность специальных помещений для проведения занятий**
баскетбол	Площадка 28х15м. Баскетбольные щиты с кольцами: 10 стационарных и 4 мобильных баскетбольные кольца, инвентарь

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) ***«Стритбол»*** *для обучающихся* ***института спорта и физического воспитания 2*** *курса, направления подготовки* **49.03.04 Спорт**

Профили: *Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спор «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбо Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтовани «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батут Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «греб слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по вид спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных ви лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подгото по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавани Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спор «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта. Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта*

очной формы обучения

I.ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Теории и методики баскетбола**
Сроки изучения дисциплины (модуля): **4семестр**
Форма промежуточной аттестации: ***зачёт***

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения	Максимальное количество баллов
		4 семестр	
1	Посещение занятий	Весь период	До 20
2	Устный опрос: особенности структуры и содержания физической, технической, тактической подготовки стритболистов	4-5 занятие	10
3	Составление плана конспекта тренировочного занятия для команд по баскетболу 3х3	В течении семестра	5
4	Проведение части занятия со стритболистами в соответствии с подготовленным планом-конспектом	В течении семестра	10
5	Опрос: Официальные правила баскетбола 3х3	7-8 занятие	10
6	Тестирование по основам судейства (на примере учебной игры)	В течении семестра	20
7	**Зачет**		10-20
Итого баллов			**100**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	**Виды текущего контроля успеваемости**	**Максимальное кол-во баллов**
1	Подготовка доклада, реферата по теме пропущенного занятия	5
2	Презентация по теме пропущенного занятия	8
3	Подготовка плана-конспекта учебного занятия	5
4	Участие в организации и проведении соревнований по баскетболу 3х3	10

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

✓ Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества балов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

✓ Задания являются обязательными к выполнению. В случае невыполнения или получения неудовлетворительной оценки за выполнение обязательных заданий итоговая оценка будет неудовлетворительной независимо от суммы баллов, набранных на других видах текущего контроля.

✓ По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение дисциплины завершается зачетом.

Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики баскетбола

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ *«СТРИТБОЛ»*

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: *Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта* ***(очная форма обучения)***

Уровень образования: *бакалавриат*
Год набора 2021, 2023, 2024 г
Москва – 2020 г

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часа** на очной форме обучения.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины: Реализация данной дисциплины осуществляется на очной форме обучения в 4 семестре.

3. Цель освоения дисциплины:

Целью освоения элективной дисциплины «Стритбол» является:

– обеспечение студентов необходимым объемом двигательной активности для поддержания должного уровня физической подготовленности и физического здоровья;

– привлечение студентов к современным, доступным и популярным видам спортивной деятельности;

– овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками целенаправленного применения средств и методов различных видов баскетбола на тренировочных занятиях с занимающимися и спортсменами в своей профессиональной деятельности.

Дисциплина реализовывается на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине Этап формирования компетенции (номер семестра)** **Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции**	**Очная форма обучения**
1	**2**	**3**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности***	*4*
УК-7.1. Знает:	– способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности; – правила соблюдения норм здорового образа жизни	*4*
УК-7.2. Умеет:	– использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий	*4*

	реализации социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.3. Владеет:	– здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	*4*

5. Краткое содержание дисциплины:

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола формата 3х3	4		2	6		
2	Тема: История возникновения и развития уличного баскетбола в России и в мире	4		2	6		
3	Тема: Характеристика игры в стритбол и его особенности	4	2		8		
4	Тема: Структура и содержание подготовки игроков-стритболистов	4		4	12		
5	Тема: Отбор игроков для команд по уличному баскетболу разного возраста и квалификации	4		2	6		
6	Тема: Правила соревнований и игровая деятельность в баскетболе формата 3х3	4		4	12		
7	Тема: Методика организации и проведения соревнований в стритболе	4		4	12		
	Итого часов		**2**	**18**	**62**		*Семестровый зачет*

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики волейбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Пляжный волейбол»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры теории и методики волейбола
Протокол № 8 от «15» октября 2020 г.

Составители:
Булыкина Лариса Владимировна – к. пед. н., доцент, заведующий кафедрой ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»
Ананьин Александр Сергеевич – к. пед. н., старший преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Б1.В.ДВ.02.22 Пляжный волейбол» является: формирование физической культуры личности посредством достижения уровня развития личностных, психофизических качеств, функциональной подготовленности организма, соответствующего требованиям жизнедеятельности, профессии, сохранения здоровья, совершенствование мотивации к занятиям физической культурой и спортом на основе ценностных мировоззренческих установок для воплощения в жизнь нереализованного потенциала личности.

Дисциплина реализуется на русском языке, проводится в практической форме.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Б1.В.ДВ.02.22 Пляжный волейбол» входит в цикл элективных дисциплин по физической культуре и спорту по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений ОПОП, и занимает важное место в подготовке бакалавров в области физической культуры. Программа подразумевает, что, приступая к ее освоению, студенты уже обладают базовыми знаниями, умениями и навыками в области физической культуры и спорта. В свою очередь, знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины будут использованы обучающимися при прохождения других двигательных дисциплин.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов)	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.***	***4***	***4***	***4***	
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.3	*Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 82 **академических часа**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Общие основы пляжного волейбола.**	4	4	4	2	2	8		

1.1	История возникновения и развития игры в пляжный волейбол.	4	4	4	1	1	4		
1.2	Правила игры и организация соревнований.	4	4	4	1	1	4		
2	**Содержание деятельности волейболистов в пляжном волейболе.**	**4**	**4**	**4**		**14**	**46**		
2.1	Физические качества и физическая подготовка.	4	4	4		6	20		
2.2	Технико-тактическая подготовка в пляжном волейболе.	4	4	4		8	26		
3	**Особенности подготовки различного контингента волейболистов в пляжном волейболе.**	**4**	**4**	**4**		**2**	**8**		
3.1	Массовый пляжный волейбол.	4	4	4		1	4		
3.2	Студенты ВУЗов и учащиеся школы.	4	4	4		1	4		
	Итого часов:				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

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

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

Вопросы к зачету:

1.История развития пляжного волейбола в России.

2.Система счета результата игры (правила игры).

3.Виды соревнований. Положение о соревнованиях, его значение и содержание.

4.Системы розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определение мест в розыгрыше.

5.Классификация техники игры в нападении.

6.Классификация техники игры в защите.

7.Общие понятия о тактике игры.

8.Классификация тактики игры в нападении.

9.Классификация тактики игры в защите.

10.Техника выполнения подачи.

11.Техника выполнения передачи сверху двумя руками.

12.Техника выполнения приема мяча снизу двумя руками.

13.Техника выполнения нападающего удара.

14.Характеристика специальных физических качеств волейболистов в пляжном волейболе.

15.Общая физическая подготовка средствами пляжного волейбола.

16.Требования к технике безопасности на занятиях массовым пляжным волейболом.

17.Профилактика травматизма на занятиях массовым пляжным волейболом.

18.Требования к технике безопасности при проведении соревнований по пляжному волейболу.

19.Профилактика травматизма при проведении соревнований по пляжному волейболу.

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

а) Основная литература:

1.Волейбол для всех : учеб.-метод. пособие / под общ. ред.: Булыкиной Л.В., Фомина Е.В. - М.: ТВТ Дивизион, 2012. - 77 с.: ил.

б)Дополнительная литература:

1.Волейбол : [учеб. для студентов вузов физ. культуры] / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 4-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 359 с.: ил.

2.Губа, В.П. Волейбол в университете : теорет. и учеб.-метод. обеспечение системы подгот. студентов в спортив. клубе : учеб. пособие

для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / В.П. Губа, А.В. Родин. - М.: Сов. спорт, 2009. - 161 с.: ил.

3.Кунянский, В.А. Волейбол : Судейство в вопросах и ответах / В.А. Кунянский ; [под общ. ред. Ю.В. Питерцева]. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 191 с.: табл.

4.Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование : метод. пособие / подгот. А.В. Беляевым ; Всерос. федерация волейбола. - М.: человек, 2009. - 55 с.: ил.

5.Фурманов А.Г. Волейбол : [учеб. пособие] / А.Г. Волейбол. - Минск: Соврем. шк., 2009. - 227 с.: ил.

6.Виера Б. Волейбол: Шаги к успеху / Барбара Л. Виера, Бонни Джилл Фергюсон. - М.: АСТ: Астрель, 2004. - 161 с.: таб., фот.

7.Волейбол, гандбол, баскетбол : Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам: [учеб. пособие] / В.Ф. Мишенькина [и др.] ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре и спорту, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2004. - 115 с.: ил.

8.Железняк Ю.Д. Волейбол. Методическое пособие по обучению игре / Ю.Д. Железняк, В.А.Кунянский, А.В. Чачин. - М.: Терра-спорт: Олимпия Press, 2005. - 112 с.: ил.

9.Клещев Ю. Волейбол / Ю. Клещев. - М.: ФиС, 2005. - 399 с.: ил.

10.Козырева Л.В. Волейбол / Л.В. Козырева. - М.: ФКиС, 2003. - 168 с.: ил.

11.ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.

12.Кунянский В.А. Волейбол : практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.

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

1.http://www.volley.ru официальный сайт ВФВ

2.http://www.sportbox.ru – официальный сайт спортивных телеканалов ВГТРК.

3.http://www.ntvplus.ru – официальный сайт телекомпании НТВ ПЛЮС

4.http://www.eurosport.ru – официальный сайт русскоязычного отделения телеканала «Евроспорт»

5.http://www.laola1.tv – официальный медиа-партнер ФИВБ и ЕКВ

6.http://www.fivb.org - официальный сайт ФИВБ

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1.Операционная система - Microsoft Windows.

2.Офисный пакет приложений - Microsoft Office Standard.

3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web.

4.Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

5.Информационно-правовое обеспечение - Гарант.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

8.Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения практических занятий, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4.Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

Наименование вида спорта	**Оснащенность специальных помещений для проведения занятий**
Пляжный волейбол	Спортивный зал № 230 СК с 2-мя площадками 18х9 м
	Мячи для пляжного волейбола, набивные 1 и 2 кг, малый (теннисный)
	Макеты волейбольной площадки для занятий по тактике
	Скамейка гимнастическая жесткая (длина – 2м; 4 м)
	Гантели (вес: от 0,50 до 2.70 кг)
	Резиновые амортизаторы длинные различного сопротивления
	Скакалки
	Корзины для мячей

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.В.ДВ.02.22 Пляжный волейбол» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики волейбола.
Сроки изучения дисциплины: 4 семестр
Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	**Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости**	**Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)**	**Максимальное кол-во баллов**
1	*Посещение учебных занятий.*	*Весь период*	*20*
2	*Тест по специальной физической подготовленности.*	*11-14 неделя*	*15*
	Тест по технической подготовленности.	*11-14 неделя*	*15*
3	*Тест по правилам пляжного волейбола.*	*15 неделя*	*15*
4	*Судейство учебной игры.*	*8-14 неделя*	*15*
5	***Зачёт***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	**Виды текущего контроля успеваемости**	**Максимальное кол-во баллов**
1	*Составление план - конспекта занятия*	*15*
2	*Подготовка рефератов*	*15*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий. Обязательным является 60% посещений занятий, в противном случае студент не допускается к зачету.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики волейбола

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«Пляжный волейбол»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 82 академических часа.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 4 семестр.

3.Цель освоения дисциплины: формирование физической культуры личности посредством достижения уровня развития личностных, психофизических качеств, функциональной подготовленности организма, соответствующего требованиям жизнедеятельности, профессии, сохранения здоровья, совершенствование мотивации к занятиям физической культурой и спортом на основе ценностных мировоззренческих установок для воплощения в жизнь нереализованного потенциала личности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов)	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.***	***4***	***4***	***4***	
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.3	*Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

Шифр компетенции / код индикатора (ов)	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	***Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.***	***4***	***4***	***4***	
УК-7.1	*Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.2	*Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	
УК-7.3	*Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.*	***4***	***4***	***4***	

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики гребного и парусного спорта им. А.Ф. Комарова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Гребной спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложно координационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1]

(очная формы обучения)

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложно координационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры Теории и методики гребного
и парусного спорта им. А.Ф. Комарова
(наименование)
Протокол № 2 от «22» 09 2020 г.

Составитель:
и. о. заведующего кафедрой Теории и методики гребного и парусного спорта им. А.Ф. Комарова кпн. Крылов Л.Ю.; Михайлова Т.В. дпн., профессор; Долгова Е.В. кпн., доцент; Епифанов К.Н. кпн., доцент; Захрямина Л.Н. преподаватель кафедры.

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

1. Цели освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины курс по выбору «Гребной спорт» является:

- овладение бакалаврами основными теоретическими знаниями, базовыми и практическими умениями в области гребных видов спорта по направлению 49.03.04. «Спорт», профиль «Спортивная подготовка по видам спорта. Педагогическая деятельность в области физической культы и спорта».
- овладение определенным комплексом специальных знаний и умений по гребным видам спорта для реализации творческого потенциала, повышения эффективности подготовки и обеспечения профессиональной деятельности специалистов высшей квалификации в области физической культуры и спорта, рекреации и спортивно-оздоровительного туризма;
- умение применять знания в широких спектрах профессиональной деятельности.

1.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Программа дисциплины «Гребной спорт» факультативного блока составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) высшего образования по направлению подготовки 49.03.04. «Спорт», профиль «Спортивная подготовка по видам спорта. Педагогическая деятельность в области физической культы и спорта».

Учебный процесс по программе «Гребной спорт» проводится в виде лекций, практических занятий и самостоятельной работы.

Программа дисциплины «Гребной спорт» общим объемом 2 зачетные единицы 82 академические часа, изучается в течение 2 курса 4 семестра очное формы обучения 1,2 и 3 поток. Предусмотрено 2 часа лекций, 18 часов контактной работы (практических занятий) и 62 часа самостоятельной работы, в рамках которой обучающиеся самостоятельно углубляют знания и закрепляют умения и навыки по пройденным темам.

Программа дисциплины «Гребной спорт» тесно связана с предметами учебного плана подготовки бакалавров по соответствующему направлению

подготовки «Спорт». Строится, но основе современных образовательных технологий, базируется на логической и содержательно-методической взаимосвязи с другими дисциплинами учебного плана. Приобретенные обучающимися знания, умения и навыки способствуют формированию различных компетенций необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности.

Бакалавры овладевают основными теоретическими знаниями и базовыми практическими умениями в области гребного спорта по направлению подготовки 49.03.04. «Спорт», профиль «Спортивная подготовка по видам спорта. Педагогическая деятельность в области физической культы и спорта».

Главная направленность дисциплины повышение уровня здоровья, совершенствование общей и специальной физической подготовленности, формирование на этой основе комплекса практических умений и навыков, необходимых для самостоятельной профессионально-педагогической деятельности. Дисциплина «Гребной спорт» ориентирована на запросы детско-юношеского спорта, спорта массовых разрядов, адаптивного и кондиционного спорта, а также на рекреационную и оздоровительную физическую культуру. Ее изучение в качестве сквозной тесно связано и опирается, прежде всего, на дисциплину профессионального цикла «Теория и методика избранного вида спорта».

Овладение определенным комплексом специальных знаний по гребному спорту направлено на реализацию творческого потенциала и обеспечения профессиональной деятельности специалистов высшей квалификации в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма и умение применять знания в широких спектрах профессиональной деятельности.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*4*	*4*	*4*	-
УК-7.1	*- Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*	4	4	4	-
УК-7.2	*- Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровье сберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности*	4	4	4	-
УК-7.3	*- Владеет здоровье сберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	4	4	4	-

3. **Структура и содержание дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, **82** **академических часа**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Раздел 1. Гребной спорт в системе физического воспитания РФ. История видов гребного спорта**	4	4	4	**1**		**6**		
2	Тема 1.1 Гребной спорт в системе физического воспитания. Современное состояние и перспективы развития гребных видов спорта.	4	4	4			2		
3	Тема 1.2 История развития видов гребного спорта.	4	4	4	1		4		
4	**Раздел 2. Материально-техническое обеспечение гребных видов спорта.**	4	4	4	**1**	**2**	**8**		
5	Тема 2.1. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях гребными видами спорта	4	4	4	0,5		2		
6	Тема 2.2. Гребной инвентарь и его подготовка к тренировочным занятиям	4	4	4		2	4		
7	Тема 2.3. Правила плавания на открытой воде. Моржевание, течение, водовороты.	4	4	4	0,5		2		
8	**Раздел 3. Основы теории техники видов гребного спорта**	4	4	4		**8**	**16**		
9	Тема 3.1**.** Техника гребли на судах с уключинным устройством	4	4	4		4	8		
10	Тема 3.2. Техника гребли на безуключинных судах.	4	4	4		4	8		
11	**Раздел 4** Основы **методики обучения технике гребным видам спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
12	Тема 4.1. Методика обучения технике гребли в уключинных и	4	4	4		2	8		

	безуключинных судах.								
13	**Раздел 5. Совершенствование физических качеств в гребных видах спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
14	**Раздел 6. Методика организации судейства соревнований в гребном спорте.**	4	4	4		**2**	**8**		
14	**Раздел 7. Гребные виды спорта в сфере спортивно-массовой и оздоровительной работы среди населения. Рекреационное значение занятий гребными видами спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
15	**Итого часов: 82 часа**				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

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

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Характеристика видов гребного спорта.
2. Значение массовости гребного спорта среди населения страны.
3. Гребные суда - как средство передвижения.
4. Первые спортивные гребные клубы.
5. Первые международные соревнования по гребному спорту.
6. Современное состояние гребного спорта в РФ и за рубежом.
7. Настройка и подготовка гребного инвентаря (в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена и погодных условий).
8. Понятие техника и стиль в гребном спорте.
9. Силы, влияющие на скорость лодки и скорость перемещения гребца.
10. Понятие темпа и ритма в гребном спорте.
11. Основное положение гребца в лодке.
12. Периоды и фазы гребкового цикла.
13. Особенности техники выполнения гребка в народной гребле.

14. Задачи, средства и методы начального этапа обучения в гребном спорте.
15. Формирование двигательного навыка в гребном спорте.
16. Единый цикл гребка (захват, середина, конец проводки).
17. Ошибки в технике гребли и методы их исправления.
18. Совершенствование техники гребли на безуключинных судах.
19. Предупреждение ошибок в технике гребли на байдарках и каноэ
20. Организационная подготовка к туристическому походу на гребных судах.
21. Способы сохранения баланса в гребных судах.
22. Основы методики обучения гребным видам спорта.
23. Правила плавания на гребных судах на открытой воде.
24. Влияние занятий гребными видами спорта на организм человека.
25. Особенности техники в уключинных и безуключинных судах.
26. Совершенствование физических качеств в гребных видах спорта.
27. Классификация гребных трасс.
28. Требования, предъявляемые к современным гоночным трассам.
29. Требования, предъявляемые к местам проведения спортивно-массовых мероприятий на воде.
30. Характеристики ходовых качеств, гребных судов.
31. Наладка и подбор инвентаря в зависимости от индивидуальных особенностей гребца.
32. Правила плавания по судоходным путям России.
33. Знаки береговой обстановки, правила прохождения мостов, шлюзов, переправ.
34. Техника безопасности и оказание помощи терпящим бедствие на воде.
35. Особенности организации занятий гребным спортом.
36. Естественные и искусственные препятствия.
37. Положение о соревнованиях, смета расходов на проведение соревнований.
38. Соблюдение правил техники безопасности при проведении

соревнований.

39. Организация медицинского обеспечения во время проведения соревнований.

40. Организация и проведение соревнований в гребном спорте.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины

а) Основная литература:

1. Баранова, М.В. Обоснование организации занятий прикладным плаванием при начальном обучении в гребном спорте / Баранова М.В., Егоренко Л.А. // Учен. зап. ун-та им. П.Ф. Лесгафта. - 2019. - № 2 (168). - *Режим доступа: https://lesgaft-notes.spb.ru/files/2-168-2019/p26-31.pdf*
2. Волчкова В.И. Использование специальных тренажеров в академической гребле// Наука и спорт: современные тенденции. - 2017 №2- С.91-94
3. Лифанов А.А., Салахиев Р.Р., Фомина Е.В. Методика преподавания и обучения гребным видам спорта в вузе. Учебно-методическое пособие. - Казань, КФУ, 2015- 52с.
4. Матвеев Л.П. Общая теория и ее прикладные аспекты. Учебник для вузов физической культуры. М.: из-во Академия, 2019.
5. Теория и методика спортивного туризма: учебник / ред.: В.А. Таймазов, ред.: Ю.Н. Федотов.— М.: Советский спорт, 2014.— 424 с. *Режим доступа:* https://lib.rucont.ru/efd/271139/info
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. Учебник. 13-е изд., М.: Академия, 2016.

б) Дополнительная литература:

1. Академическая гребля. Под ред. Э. Хербергера М.: Физкультура и спорт, 1979.
2. Веричко Н.Ф., Гавриловский К.И. Гребля на ялах. - М.: Изд-во ДОСААФ, 1983.

3. Гребля на байдарках и каноэ. Краткая спортивная энциклопедия. Плеханов Ю.А. «Олимпия Пресс» 2004 год.
4. Гребной спорт: учебник для студ. высш. пед. учебн. заведений /Т.В. Михайлова, А.Ф. Комаров, Е.В. Долгова, И.С. Епищев; / под ред. Т.В. Михайловой – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 400с.
5. Гребля академическая: примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских, спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего, спортивного мастерства. Михайлова Т.В., Беркутов А.Н. 2004 год.
6. Григорьев В.Н. Путешествие на гребных судах, - М.: Физкультура и спорт, 1979.
7. Долгова Е.В. Техника безопасности на занятиях гребным спортом. Правила плавания по водным путям России: Методическая разработка для студентов РГУФКа / Долгова Е.В., Михайлова Т.В.- М: 2004.
8. Дунаев А.Ф. «Академическая гребля», Лениздат; 1990 год.
9. Комаров А.Ф. Эволюция гребного инвентаря и техники гребли в академических судах. М.: ГЦОЛИФК, 1991.
10. Памятка по спасению терпящих бедствие на воде / Под ред. З.С. Гусинкого, - М: Изд-во ЦРИБ " Дельфин ", 1974.
11. Потехин Д. Оттолкнуться от воды: методика обучения/Д. Потехин// Спорт в школе. – 2012 №6- С.52-55
12. Снаряжение туриста водника / ред. В.Н. Григорьева. - М.: Профиздат, 1986. – 205 с.
13. Специализированные сооружения для водных видов спорта. Бурлаков И.Р., Неминущий Г.П. 1998 год.
14. Томилин К.Г. Водные виды рекреации: учеб. пособие для студ. ин-та физ. культуры: М-во образования РФ – Сочи: РИО СГУТ и КД, 2004- 149с.
15. Алексеев А.А. Питание в туристском

походе. http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm

16. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html
17. Русский турист (Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России), 2001 г. http://hibaratxt.narod.ru/doc/rusturist/index.html
18. Суханов А.П. Питание и ведение хозяйства в туристском походе. http://skitalets.ru/books/nutrition_sukhanov/index.htm
19. Шаховец В.В. Памятка спасателя. Руководство к действиям спасателей в оказании первой медицинской помощи. http://extrotur.narod.ru/text/pamspas.htm
20. Шимановский В.Ф. Переправы вброд через водные преграды. http://skitalets.ru/books/brod.exe
21. Шимановский В.Ф., Ганопольский В.И. Питание в туристском путешествии. http://skitalets.ru/books/pitanije_shiman/index.htm http://hibaratxt.narod.ru/pitanije/index.html
22. Штюрмер Ю.А. Карманный справочник туриста. http://hibaratxt.narod.ru/karemansprav/index.html http://skitalets.ru/books/sprav_shtrum/index.htm http://www.outdoors.ru/book/sptur/index.php
23. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. http://skitalets.ru/books/shturm_opasnosti/index.htm

24 . Чертов А. Электронный учебник «Гребля на байдарках» 2010.Таганрог.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Федерация гребного спорта России. https://www. rowing.ru
2. Всероссийская Федерация гребли на байдарках и каноэ. https://www. kayak-canoe.ru

3. Министерство спорта Российской Федерации. https://www.minsport.gov.ru
4. Министерство образования и науки РФ. https://www.minobrnauki.gov.ru
5. http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

- программное обеспечение дисциплины:

1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.
4. Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

Занятия лекционного типа проводятся в аудитории № 321а МБК, занятия семинарского типа (практические) на спортивной базе «Буревестник» г. Москвы Тушино. Для реализации дисциплины самостоятельные работа, консультации индивидуальные и групповые проводятся в методическом кабинете и лаборатории кафедры.

5. Гребной инвентарь кафедры гребного и парусного спорта

(академические суда, байдарки, каноэ, слаломные надувные суда) слайды, подушка для каноэ. Спасательные средства для учебно-тренировочных занятий, казанка (поплавки, балласт)

6. Экспонаты музея РГУФКСМиТ.

7. Учебные фильмы (сайт РГУФКСМиТ) и видео материалы Олимпийских Игр, Чемпионатов мира и Европы по гребному и парусному спорту, водному слалому (методический кабинет кафедры).

8. Диск CD- ROM, ООО " Кордис Медиа'‘ по заказу Федерации гребного спорта РФ, М: 2002.

10. Уравновешенность и устойчивость к стрессу. Аутогенная тренировка. РАО, 2007.

11. Мультимедийный учебник «Биомеханика гребли» В. Клешнев, 1999-2007 гг.

12. Мультимедийный учебник А.Н. Беркутов «Академическая гребля»

13. Видеозапись Олимпийских игр по академической гребле и гребле на байдарках и каноэ. Гонка восьмерок по академической гребле между Кембриджским и Оксфордским университетами. Международные парусные регаты.

14. Научная аппаратура:

- электронный комплекс В. Клешнева «Электронный тренер»

Регистрация темпа, ритма, скорости, усилия на весле, передача усилия на экран монитора и регистрация кривой

- навигационный приемник Garmin Forerunner 305 HR
- Гребной эргометр, гребные тренажеры Concept-2
- монитор сердечного ритма Polar 800 Multi (5 комплектов)
- Дыхательный тренажер «Power Breathe» СПОРТ (5 комплектов)
- Многофункциональный секундомер
- Видеокамера «Panasonic»

А также использование научной аппаратуры НИИ Спорта РГУФКСМиТ

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине _Гребной спорт_
для обучающихся института спорта и физического воспитания _2_курса,
***направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в слож координационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(заочная форма обучения).**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Теории и методики гребного и парусного спорта им. А.Ф. Комарова**
Сроки изучения дисциплины: **__4_** семестр очная форма обучения
Форма промежуточной аттестации: ***Зачёт***

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальное кол-во баллов
1	*Выступление на семинаре по теме: «Общие основы теории и методики гребного спорта и рекреационной оздоровительной направленности»*	*1 неделя*	*5*
2	*Выполнение практического задания №1 по разделу 3 тема: «Техника гребли на безуключинных судах»*	*2 неделя*	*10*
3	*Выполнение практического задания №2 по разделу 4 тема: «Техника гребли на судах с уключинным устройством»*	*3 неделя*	*10*
4	*Выполнение практического задания №3 по разделу 5 тема: «Основы методики обучения технике гребным видам спорта»*	*4 неделя*	*10*
5	*Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребных видах спорта»*	*4 неделя*	*15*
6	*Выполнение практического задания №4 по разделу 8 тема: «Гребные виды спорта в сфере спортивно-массовой и оздоровительной работы среди населения»*	*5 неделя*	*10*
7	*Написание реферата по теме: «Совершенствование физических качеств средствами гребных видов спорта»*	*5 неделя*	*15*
8	*Посещение занятий (1 занятие - 1 балл – очная форма)*	*В течение семестра*	*10*
	Зачёт	*6 неделя*	***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Выполнение практического задания №3 по разделу 5 тема: «Основы методики обучения технике гребным видам спорта»*	*10*
2	*Написание реферата по теме: «Методика организации и судейства соревнований в гребных видах спорта»*	*15*
3	*Выполнение практического задания №5 по разделу 8 тема: «Гребные виды спорта в сфере оздоровительной и спортивно-массовой работы среди населения»*	*10*

4	*Написание реферата по теме: «Совершенствование физических качеств средствами гребных видов спорта»*	*15*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачету допускается студент, набравший не менее 51 баллов, в противном случае студент не допускается к зачету. Обучающийся имеет возможность, сдать зачет на «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» (10- 15- 20 баллов) и получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики гребного и парусного спорта им. А.Ф. Комарова

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
« Гребной спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложно координационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1]

(очная формы обучения)

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет *2* зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины: *4 семестр очная форма обучения*

3.Цель освоения дисциплины:

- овладение бакалаврами основными теоретическими знаниями, базовыми и практическими умениями в области гребных видов спорта по направлению 49.03.04. «Спорт», профиль «Спортивная подготовка по видам спорта. Педагогическая деятельность в области физической культы и спорта».
- умение применять знания в широких спектрах профессиональной деятельности.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	*Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности*	*4*	*4*	*4*	-
УК-7.1	*- Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни*	4	4	4	-
УК-7.2	*- Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровье сберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности*	4	4	4	-
УК-7.3	*- Владеет здоровье сберегающими технологиями, поддерживающими*	4	4	4	-

	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности				

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	**Раздел 1. Гребной спорт в системе физического воспитания РФ. История видов гребного спорта**	4	4	4	**1**		**6**		
2	Тема 1.1 Гребной спорт в системе физического воспитания. Современное состояние и перспективы развития гребных видов спорта.	4	4	4			2		
3	Тема 1.2 История развития видов гребного спорта.	4	4	4	1		4		
4	**Раздел 2. Материально-техническое обеспечение гребных видов спорта.**	4	4	4	**1**	**2**	**8**		
5	Тема 2.1. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях гребными видами спорта	4	4	4	0,5		2		
6	Тема 2.2. Гребной инвентарь и его подготовка к тренировочным занятиям	4	4	4		2	4		
7	Тема 2.3. Правила плавания на открытой воде. Моржевание, течение, водовороты.	4	4	4	0,5		2		
8	**Раздел 3. Основы теории техники видов гребного спорта**	4	4	4		**8**	**16**		
9	Тема 3.1. Техника гребли на судах с уключинным устройством	4	4	4		4	8		

10	Тема 3.2. Техника гребли на безуключинных судах.	4	4	4		4	8		
11	**Раздел 4** Основы **методики обучения технике гребным видам спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
12	Тема 4.1. Методика обучения технике гребли в уключинных и безуключинных судах.	4	4	4		2	8		
13	**Раздел 5. Совершенствование физических качеств в гребных видах спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
14	**Раздел 6. Методика организации судейства соревнований в гребном спорте.**	4	4	4		**2**	**8**		
14	**Раздел 7. Гребные виды спорта в сфере спортивно-массовой и оздоровительной работы среди населения. Рекреационное значение занятий гребными видами спорта.**	4	4	4		**2**	**8**		
15	**Итого часов: 82 часа**				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики компьютерного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Компьютерный спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)** Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры теории и методики компьютерного
спорта и прикладных компьютерных технологий
Протокол № 2 от «16» сентября 2020 г.

Составитель: Новоселов Михаил Алексеевич, к.п.н., доцент, зав.кафедрой теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

Рецензент: Попов Олег Игоревич, д.п.н., профессор, зав.кафедрой
Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины Б1.В.ДВ.02.24 “Компьютерный спорт” является обеспечить освоение знаний, необходимых для поддержания должного уровня физической и психической подготовленности для осуществления профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта. Дополнительно отмечается, дисциплина проводится форме практической подготовки с использованием персональных компьютеров. Язык обучения: русский

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина Б1.В.ДВ.02.24 “Компьютерный спорт” входит в группу элективных дисциплин по физической культуре и спорту, части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Компьютерный спорт как феномен информационного общества становится одним из самых массовых видов спорта с определенными прикладными умениями и навыками, связанными со способностями быстро обрабатывать информацию в условиях неполных исходных данных, концентрировать и распределять внимание, оперативно оперировать большими массивами данных, быстро и адекватно принимать решения и реализовать их в процессе игровой деятельности. Более того, многие технические виды спорта (особенно дорогостоящие) выводят часть тренировочного процесса на виртуальный стадион, используя технологии дополненной и виртуальной реальности.

Компьютерный спорт как и любой другой вид спорта, связанный с абстрактно-логическим обыгрыванием соперника в условиях противоборства с соперником, требует от спортсменов определенной физической и психологической подготовленности. Занятия отдельными киберспортивными играми позволяют поддерживать должный уровень функциональной подготовленности для обеспечения спортивной результативности, поддержание здорового образа жизни и профессиональной деятельности.

Дисциплина логически и методически связана с другими дисциплина учебного плана, в частности ей предшествуют: теория и методика обучения видам физкультурно-спортивной деятельности, информационные технологии в сфере физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры.

Дисциплины, для которых освоение дисциплины “Компьютерный спорт” необходимо как предшествующее в соответствии с этапами формирования компетенций: теория спорта, правовые основы профессиональной деятельности, профессионально-спортивное совершенствование.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5	6
УК-7	**УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	4	4	4	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	4	4	4	-
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	4	4	4	-
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4	4	4	-

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 **зачетные единицы**, 82 **академических часа**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История компьютерного спорта	4	4	4	**2**	4	14		
2	Компьютерный спорт как вид спорта	4	4	4		4	16		
3	Прикладной киберспорт. Интерактивные дисциплины	4	4	4		4	14		
4	Организация и проведение соревнований по киберспорту (с элементами двигательной активности)	4	4	4		6	18		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

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

5.2. Перечень примерных вопросов к зачету.

1) Что понимается под компьютерным спортом.
2) Назовите отличия виртуальной и дополненной реальности.
3) Назовите виды спорта, в которых признаны интерактивные дисциплины.
4) Этапы развития киберспорта
5) Зарождение киберспорта
6) Киберспорт 90-х (1990-х)
7) Киберспорт 2000-х

8) Современный киберспорт
9) Спортивный инвентарь в компьютерном спорте
10) Дисциплины компьютерного спорта
11) Киберспортивные симуляторы с элементами двигательной активности
12) Техника безопасности при проведении киберспортивных мероприятий
13) Состав судейской коллегии в компьютерном спорте
14) Системы проведения соревнований в киберспорте
15) Онлайн соревнования в киберспорте
16) Компьютерный спорт как вид спорта

5.3. Перечень требований к разработке интернет-ресурса киберспортивного мероприятия.

1. Регистрация на Web-сервере в интернете (например, www.wix.com)
2. Заголовок: указывается название турнира по согласованию с преподавателем, логотип университета.
3. Автор проекта: студент ___ курса, кафедры ___ ФИО
4. Главная страница: новостные сообщения (не менее 3-х) по компьютерному спорту.
5. Меню сайта:

- Главная страница
- Презентации

-подменю: Презентация по истории киберспорта
-подменю: Презентация по VR и AR

- Соревнования

-подменю: Положение о соревнованиях
-подменю: Турнирная таблица

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

а) Основная литература:

1. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.: ил.

2. Рассел, Д. Киберспорт / Джесс Рассел, Рональд Кон = Jess Russell, Ronald Cohn. - [Б. м.]: VSD, [2012]. - 118 с.: ил.253376

3. Рассел, Д. Компьютерная стратегическая игра / Джесс Рассел, Рональд Кон = Jess Russell, Ronald Cohn. - [Б. м.]: VSD, [2012]. - 102 с.: ил

4. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] : курс лекций : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот. в избр. виде спорта" : квалификация (степ.) выпускника - Бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Максименко А.М. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)", Каф. теорет.-метод. основ физ. культуры и спорта. - М., 2019.

б) Дополнительная литература:

1. Айзенк Г. Парадоксы психологии / Ганс Айзенк. - М.: Эксмо, 2009. - 350 с.

2. Аншина Н. Пять олимпийских колец : интеллект. игра для учащихся 8-9-х кл. / Нина Аншина // Спорт в школе. - 2013. - N 6. - С. 36-37.

3. Блеер, А.Н. Терминология спорта : толковый слов.-справ. : более 10000 терминов / А.Н. Блеер, Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер. - М.: Academia, 2010. - 459 с..

4. Коняхин А.В. Тренинг интеллектуальных способностей : задачи и упражнения / А.В. Коняхин. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 128 с.

5. Концепции современного естествознания : учеб. пособие для студентов, обучающихся по гуманитар. направлениям / Савченко Е.Л. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 171 с.: ил.

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

1. http://www.edu.ru/ – «Российское образование» – федеральный портал.

2. https://minobrnauki.gov.ru – сайт Министерства науки и высшего образования Российской Федерации

3. https://www.minsport.gov.ru/ – сайт Министерства спорта Российской Федерации

4. https://resf.ru/ Федерация компьютерного спорта России

5. https://fcs.msk.ru Федерация компьютерного спорта г.Москвы

6. https://www.sportedu.ru Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)

7. http://lib.sportedu.ru Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

8. http://it.sportedu.ru Кафедра теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

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

–программное обеспечение дисциплины:

1)Windows Professional, x64 Ed.;

2)Microsoft Office 2016;

3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);

4)Acrobat Reader DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.

2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.r/.

3. Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru.
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru.
6. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине Б1.В.ДВ.02.24 Компьютерный спорт для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, очной формы обучения, направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спо Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спо Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1, 2, 3 потоки -4 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

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

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Презентация по теме «История киберспорта»	*1-я неделя*	*10 (Отл-10, хор-8, уд-6)*
2	Презентация по теме «VR и AR в киберспорте»	*1-я неделя*	*10 (Отл-10, хор-8, уд-6)*
3	Интернет-ресурс «Положение о соревновании»	*2-я неделя*	*10 (Отл-10, хор-8, уд-6)*
4	Интернет-ресурс «Турнирная таблица»	*3-я неделя*	*10 (Отл-10, хор-8, уд-6)*
5	Разработка интернет-ресурса по проведению соревнований по киберспорту (с элементами двигательной активности)	*4-я неделя*	*30 (Отл-30, хор-26, уд-21)*
6	*Посещение занятий*		*10*
7	***Зачёт***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка презентации по пропущенной теме занятия (не более одной в семестр)	*5*
2	Устный ответ по пропущенной теме занятия	*5*
3	Подготовка видеоролика до 1 мин с представлением компьютерного симулятора [в титрах указывается вуз, кафедра, ФИО автора] (не более одного в семестр)	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия. Выбор заданий из

списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

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

Институт спорта и физического воспитания_____

Кафедра теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Компьютерный спорт»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 23 зачетные единицы.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1, 2, 3 потоки -4 семестр.

3. Цель освоения дисциплины (модуля): обеспечить освоение знаний, необходимых для поддержания должного уровня физической и психической подготовленности для осуществления профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
УК-7	**УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**	4	4	4	-
УК-7.1	Знает способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни	4	4	4	-
УК-7.2	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности	4	4	4	-
УК-7.3	Владеет здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4	4	4	-

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История компьютерного спорта	4	4	4	**2**	4	14		
2	Компьютерный спорт как вид спорта	4	4	4		4	16		
3	Прикладной киберспорт. Интерактивные дисциплины	4	4	4		4	14		
4	Организация и проведение соревнований по киберспорту (с элементами двигательной активности)	4	4	4		6	18		
	Итого часов: 82				**2**	**18**	**62**		**Зачет**

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «ФТД.01 Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий
Протокол № 02 от «16» сентября 2020 г.

Составители:
Проректор по учебно-методической работе Павлов Е.А., кандидат педагогических наук, доцент
Начальник Учебно-методического управления Романенко А.Ю., кандидат педагогических наук

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** является включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участие в содержании своего профессионального образования.

Дисциплина реализуется на русском языке и не проводится в форме практической подготовки.

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

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** относится к Блоку факультативных дисциплин и реализуется вне объема основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей), практик 1-го и последующих семестров.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) **«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»** проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**	**Этапы формирования компетенции (номер семестра)**	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения**	**Заочная форма обучения**
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**	1	1
УК-2.1	*Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения*	1	1
УК-2.2	*Умеет определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений*	1	1

4.Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1 **зачетную единицу**, 36 **академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Тема 1.** Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**8**		
2	**Тема 2.** Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**6**		
3	**Тема 3.** Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	**1**		**2**	**8**		
4	**Тема 4.** Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	**1**		**2**	**8**		
Итого часов:			**2**	**4**	**30**		**зачет**

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Тема 1.** Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	**1**	**1**	**0,5**	**10**		
2	**Тема 2.** Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**8**		
3	**Тема 3.** Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	**1**	**0,5**	**1**	**6**		
4	**Тема 4.** Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	**1**	**1,5**	**0,5**	**6**		
Итого часов:			**4**	**2**	**30**		**зачет**

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

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

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

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

Перечень вопросов для проведения собеседования с обучающимися:

1.Основные правила внутреннего порядка обучающихся РГУФКСМиТ.

2.Содержание основных локальных нормативных актов РГУФКСМиТ, регламентирующих образовательный процесс.

3.Возможности материально-технической, электронно-информационной и исследовательской баз РГУФКСМиТ.

4.Основные компоненты образовательной программы, которую предстоит освоить в процессе обучения в РГУФКСМиТ.

5.Ведение личного кабинета обучающегося. Портфолио обучающегося.

6.Построение индивидуальной образовательной (образовательно-исследовательской) траектории обучающегося (на собственном примере).

7.Перспективы развития обучающегося в рамках мероприятий и деятельности, осуществляемых в РГУФКСМиТ.

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

а)Основная литература:

1.Попов, А.Н. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ К САМОРАЗВИТИЮ В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА ВУЗА [Электронный ресурс] : Учебно-методическое пособие / И.Г. Струков, А.А. Архипов, А.Н. Попов .— : [Б.и.], 2018 .— 120 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/647007.

2.Шукаева, А.В. Изучение педагогических дисциплин студентами физкультурного вуза с помощью индивидуальных образовательных траекторий // Науч.-пед. шк. в сфере физ. культуры и спорта : материалы междунар. науч.-практ. конгр, 30-31 мая 2018 г. / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М., 2018. - Ч. 1. - С. 495-498. Режим доступа : HTTP://lib.sportedu.ru/Books/PDF/287622.pdf.

3.Искусство, наука, образование: траектории творчества современной России: сб. научных статей и материалов заседаний круглых столов [Электронный ресурс] / А.С. Макурина .— 2019 .— 341 с. — ISBN 978-5-94934-084-4 .— С. 103-106 .— Режим доступа: https://lib.rucont.ru/api/efd/reader?file=713358.

б)Дополнительная литература:

1.Шамис, В.А. Основные направления совершенствования электронной информационно-образовательной среды университета // Дистанционное и виртуальное обучение. - 2018. - № 1 (121). - С. 54-60 [Электронный ресурс] : [статья] / Г.Г. Левкин, Е.А. Панова, В.А. Шамис .— : [Б.и.], 2018 .— 10 с. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/683435.

2.Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" http://mobileonline.garant.ru/#/document/70291362/paragraph/1:1

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (дата обращения: 15.09.2020г.):

https://www.sportedu.ru/

https://lks.sportedu.ru/#

https://lms.sportedu.ru/

http://lib.sportedu.ru/history.html

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

•Операционная система – Microsoft Windows 10;

•Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365;

•Локальная антивирусная программа – Dr.Web;

•программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC;

•Программный продукт – 1С: Университет ПРОФ.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

•Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/

•Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru

•Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc

•Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Интернет для проведения занятий лекционного типа.
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, специализированное оборудование: проектор, экран, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) ***«Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»*** для обучающихся Института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки *49.03.04 Спорт*

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт.*

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

№	**Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости**	**Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)**	**Максимальное кол-во баллов**
1	Выполнение практического задания № 1 по теме: «Ведение личного кабинета»	*2 - 3 неделя*	*40*
2	Выполнение практического задания № 2 по теме: «Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем»	*3 неделя*	*40*
3	Выполнение практического задания № 3 по теме: «Функционирование современных профессиональных баз данных»	*4 неделя*	*10*
	Зачёт		*10*
	ИТОГО		**100 баллов**

Вид дополнительного задания для обучающихся, пропустивших занятия

№	**Виды текущего контроля успеваемости**	**Максимальное кол-во баллов**
1	Выполнение практического задания по теме: «Ведение личного кабинета» в части заполнения Портфолио обучающегося	*20*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

– Дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим занятия, определяются преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра Теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «ФТД.01 Использование электронной информационно-образовательной среды РГУФКСМиТ»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет *1* зачетную единицу.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): *1 семестр.*

3.Цель освоения дисциплины (модуля): *включение обучающихся в информационно-образовательную среду РГУФКСМиТ, содействие формированию образовательной траектории обучающихся, их участию в содержании своего профессионального образования.*

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

Код компетенции	Наименование компетенции
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

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Тема 1.** Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**8**		
2	**Тема 2.** Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**6**		
3	**Тема 3.** Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ.	**1**		**2**	**8**		

	Ведение личного кабинета обучающегося						
4	**Тема 4.** Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	**1**		**2**	**8**		
Итого часов:			**2**	**4**	**30**		**зачет**

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины (модуля)**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	**Тема 1.** Организационно-управленческие основы учебно-воспитательного процесса в РГУФКСМиТ	**1**	**1**	**0,5**	**10**		
2	**Тема 2.** Формирование индивидуальной образовательной траектории обучающегося, в том числе с использованием учебно-научных структурных подразделений РГУФКСМиТ	**1**	**1**		**8**		
3	**Тема 3.** Использование электронной информационно-образовательной среды, информационно-справочных систем обучающимися и преподавателями в РГУФКСМиТ. Ведение личного кабинета обучающегося	**1**	**0,5**	**1**	**6**		
4	**Тема 4.** Функционирование современных профессиональных баз данных, в том числе электронно-библиотечной системы (электронной библиотеки) РГУФКСМиТ	**1**	**1,5**	**0,5**	**6**		
Итого часов:			**4**	**2**	**30**		**зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Пр ли: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры
та; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и
орта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области
ческой культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области
зической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области
фи еской культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельност
ласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая
тельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая
тельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая
тельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая
ятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг».
Пе огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедн
порт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в
ноборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ.
П гогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическа
деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта.
Пе огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование
ременное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в
ыковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по
и спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическо
ультуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика».
П гогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивна
акр ика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подгото
п дам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры
спо ; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры
спо Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельнос
сти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт»
Пед гическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлети
П огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжно
спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в
жнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;
тивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической
к уры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическа
ельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая
ятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт».
П гогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт»
Пе огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазани
Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
Сп вная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор
(очная форма обучения)
Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024 г.

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт».

Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
Экспертно-методическим советом
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Протокол № 110от «01» октября 2020г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 3 от «29» сентября 2020г.

Составители:
Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики адаптивной физической культуры ФГБОУ ВО (РГУФКСМиТ).

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

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) к особенностям учебно-педагогического процесса в РГУФКСМиТ.

Данная дисциплина в первую очередь направлена на социально-педагогическую адаптацию инвалидов и лиц с ОВЗ, поступивших на обучение в РГУФКСМиТ, к особенностям учебно-педагогического процесса. Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует освоению инвалидами материально-технических средств, для их использования в учебном процессе.

Кроме того, данная дисциплина позволяет обучить студентов без ОВЗ способам эффективного социального взаимодействия с лицами с ОВЗ, что способствует как совершенствованию инклюзивного образования в ВУЗе, так и совершенствованию процесса взаимодействия с людьми с ОВЗ в дальнейшей профессиональной деятельности выпускников. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» относится к факультативным дисциплинам, необязательным для изучения. Фиксация выбора студентами данной факультативной дисциплины для освоения проводится на основании их заявлений.

Дисциплина «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» способствует как ускорению адаптации студентов с ОВЗ в процесс обучения в ВУЗе, так и формированию первичных понятий об

особенностях и потребностях людей с ОВЗ и способах эффективного взаимодействия с ними у всех обучающихся.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-9 Инклюзивная компетентность	**Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах**
УК-9.1	**Знает** понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах
УК-9.2	**Умеет** планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.
УК-9.3	**Владеет** навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия	Занятия семинарского	Самостоятель	Контроль	
1	**Раздел 1. Теоретико-методические основы АФК.**	8	**4**	**10**	**22**		

2	Тема 1. 1. Понятие «инвалидности». Группы инвалидности по БМСЭ. Классификация инвалидности по ВОЗ.	8		4	6		
3	Тема 1.2 Психолого-педагогические особенности лиц с ОВЗ.	8	2	2	6		
4	Тема 1.3 Место и роль АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ОВЗ.	8	2	4	8		
7	**Раздел 2. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ОВЗ**	8	**6**	**12**	**20**		
8	Тема 2.1 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития.	8	2	4	6		
9	Тема 2.2 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями.	8	2	4	8		
10	Тема 2.3 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.	8	2	4	6		
Итого 72			**10**	**22**	**40**		**Зачет**

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины (модуля)**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)**
			Занятия	**Занятия семинарскогт**	**Самостоятель́**	**Контроль**	
1	**Раздел 1. Теоретико-методические основы АФК.**	9,10	**2**	**2**	**30**		
2	Тема 1. 1. Понятие «инвалидности». Группы инвалидности по БМСЭ. Классификация инвалидности по ВОЗ.	9,10	2		10		
3	Тема 1.2 Психолого-педагогические особенности лиц с ОВЗ.	9,10		2	10		
4	Тема 1.3 Место и роль АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ОВЗ.	9,10			10		

7	**Раздел 2. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ОВЗ**	9,10			**36**		
8	Тема 2.1 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития.	9,10			12		
9	Тема 2.2 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями.	9,10			12		
10	Тема 2.3 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.	9,10		2	12		
Итого 72			**2**	**4**	**66**		**Зачет**

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

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

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

<u>Темы рефератов, мультимедийных презентаций и контрольных работ</u>

1. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ПОДА.
2. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ЗПР.
3. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с РДА.
4. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушением слуха.
5. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушением зрения.
6. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с умственной отсталостью.
7. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с логопедическими нарушениями.
8. Общие и специфические закономерности аномального развития.

9. Факторы отклонения развития, их классификация
10. Понятия: ретардация, дисфункция, асинхронизация развития, дефект, компенсация.

<u>Примерный перечень вопросов к зачету по курсу дисциплины «Адаптивная физическая культура».</u>

1. Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушением слуха.
2. Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушением зрения.
3. Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушением речи.
4. Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушением ОДА.
5. Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушением психического развития.
6. Особенности проведения урока АФК в специальных (вспомогательных) школах для лиц с нарушением интеллекта.
7. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с нарушением слуха.
8. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с нарушением зрения.
9. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с нарушением речи.
10. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с ПОДА.
11. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с нарушением психического развития.
12. Особенности организации внеурочных форм занятий АФВ с лицами с нарушением интеллекта.
13. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с нарушением слуха.
14. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с нарушением зрения.
15. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с нарушением речи.
16. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с ПОДА
17. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с нарушением психического развития.
18. Особенности методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта для лиц с нарушением интеллекта.
19. Методика обучения лиц с сенсо-речевыми нарушениями двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.

20. Методика обучения лиц с ПОДА двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.
21. Методика обучения лиц с нарушением психического развития двигательным действиям и формирование спортивных двигательных навыков.

<u>Контрольные вопросы для самопроверки знаний.</u>

1. Этика общения с лицами, имеющими ОВЗ.
2. Охрана здоровья на занятиях по АФВ
3. Составление психолого-педагогической характеристики лиц с нарушениями речи.
4. Составление психолого-педагогической характеристики лиц с нарушениями слуха
5. Составление психолого-педагогической характеристики лиц с нарушениями зрения
6. Составление психолого-педагогической характеристики лиц с нарушениями ОДА
7. Составление психолого-педагогической характеристики лиц с нарушениями интеллекта
8. Адаптация лиц с ОВЗ к физическим нагрузкам.
9. Организация работы в физкультурно-спортивном клубе инвалидов.
10. Особенности восстановления после травм у лиц с ОВЗ.

а). Рекомендуемая литература (основная).

1. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебн. пособие.- М.: Советский спорт, 2000.- 240 с.
2. Специальная педагогика : учеб. пособие для студентов пед. вузов : рек. УМО ВУЗов РФ по пед. образованию / под ред. Н.М. Назаровой. - 9-е изд., стер. - М.: Academia, 2009.
3. Специальная психология : учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений, обучающихся по дефектолог. специальностям : рек. умо по специальностям пед. образования / под ред. В.И. Лубовского. - 6-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2009.
4. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Под общ.ред. проф. Л.В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007.
5. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии. – М.: Советский спорт, 2002. – 212 с.
6. Шапкова Л.В. Средства адаптивной физической культуры. Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. – М.: Советский спорт, 2001. – 152

б) . Рекомендуемая литература (дополнительная).

7. Богданова Т. Г. Сурдопсихология: Учебник. - 2-е изд., пер. и доп. – М.: Юрайт , 2018. 235 с.
8. Брискин Ю.А.,С.П. Евсеев, А.В.Передерий. Адаптивный спорт:Учеб. Пособие.- М.:
9. Ермаков В. П., Якунин Г. А. Основы тифлопедагогики. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. Учебное пособие для ВУЗов. – м.: Владос, 2010.
10. Ермаков В. Что и как видят дети от рождения до 10 лет с сохраненным и нарушенным зрением. Диагностика. – Владос, 2015.
11. Зайцева Г.Л Жестовая речь. Дактилология. Учебник. – Владос, 2015.
12. Королева И.В. Королева И.В. Помощь детям с нарушением слуха. Руководство для родителей и специалистов.- Издательство: КАРО, 2016.
13. Королева И.В. Королева И.В. Помощь детям с нарушением слуха. Руководство для родителей и специалистов.- Издательство: КАРО, 2016.
14. Королева И.В. Реабилитация глухих детей и взрослых после кохлеарной и стволомозговой имплантации. – Издательство: КАРО, 2016.
15. Панков О. Тренинги и игры для мышц глаз. Уникальные упражнения для восстановления зрения. - Издательство: Астрель, 2011.

16. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки : Общ. теория и ее практ. применение / В.Н. Платонов. - Киев: Олимп. лит., [2014]. - 623 с.
17. Речицкая Е.Г., Пузанов Б.П., Богданова Е.К. Психолого-педагогическое сопровождение лиц с нарушением слуха. Учебное пособие для ВУЗов. - Издательство: Прометей, 2012.
18. Рубцова Н. О. Комплексная реабилитация детей-инвалидов в системе образования Российской Федерации»: НИР в рамках федеральной целевой программы «Дети России», подпрограммы «Дети-инвалиды» Н. О. Рубцова, В. Н. Латчук, С. Н. Фалько. – М.: АПК и ППРО, 2005. – 204 с.
19. Рубцова Н.О., Технологии спортивной подготовки в Специальном Олимпийском движении. М.: РГУФКСиТ, 2015, - 205 с
20. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Психолого-педагогические аспекты работы тренера в адаптивном спорте. М.: РГУФКСиТ, 2008. – 74 с.
21. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Медицинское обеспечение в адаптивном спорте. Часть 1. М.: РГУФКСиТ, 2009, - 87 с.
22. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л. Медицинское обеспечение в адаптивном спорте. Часть 2. М.: РГУФКСиТ, 2009, - 92 с.
23. Рубцова Н.О., Щербинина Ю.Л., Рубцов А.В. Профилактика травматизма и реабилитация в адаптивном спорте. М.: РГУФКСиТ, 2009, - 152 с.
24. Социальная адаптация и комплексная реабилитация инвалидов средствами физической культуры и спорта: Сборник материалов Международной научно-практической конференции (Москва, 19-20 мая 1998г.). - М., 1998. – 111с.
25. Тупоногов Б.К. Организация коррекционно-педагогического процесса в школе для слепых и слабовидящих детей.-Издательство: ВЛАДОС, 2011.

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

1. http://lib.sportedu.ru/ Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. http://lib.sportedu.ru/ Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm

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

– программное обеспечение дисциплины:

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

1. http://lib.sportedu.ru/ Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
2. http://lib.sportedu.ru/ Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU – http://elibrary.ru/defaultx.asphttp://psyfactor.org/partners.htm

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Для успешного формирования знаний по курсу «*Адаптивная физическая культура»* при освоении ООП ВО имеется в наличии необходимая материально-техническая база, обеспечивающая проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, включающая персональный компьютер, проектор, экран, ученическую доску, комплекты аудиторной мебели.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Адаптивная физическая культура»

для обучающихся института спорта и физического воспитания __4, 5___курсов,

***направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр (очная форма). 9 и 10 семестр заочная

Форма промежуточной аттестации: *зачет.*

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

Для очной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с сенсо-речевыми нарушениями»	*32 неделя*	*12**
2	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с ПОДА»	*35 неделя*	*12**
	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушениями психического развития»	*38 неделя*	*12**
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	*42 неделя*	*14**
5	*Посещение занятий*	*В течение семестра*	*1 балла х 1 занятие = 30 баллов*
	Зачет по дисциплине		***20****
	ИТОГО		**100 баллов**

** примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

Виды дополнительных заданий для студентов, пропустивших занятия по уважительной причине

№'	Виды текущего контроля	Максимальное количество баллов
1	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ для лиц с нарушением слуха. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10

2	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ для лиц с нарушением зрения. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10
3	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ для лиц с нарушением речи. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10
4	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ лиц с нарушением ОДА. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10
5	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ для лиц с нарушением психического развития. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10
6	Предоставить 3 плана-конспекта урока АФВ лиц с нарушением интеллекта. (По одному для различных возрастных групп: для младших, средних и старших классов.).	10
7	Защита реферата на выбранную тему.(Из списка тем рефератов)	14

Для заочной формы обучения

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное кол-во баллов
1.	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с сенсо-речевыми нарушениями»	*32 неделя*	*20**
2	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с ПОДА»	*35 неделя*	*20**
	Контрольная работа по теме: «Особенности проведения урока АФК в специальных (коррекционных) школах для лиц с нарушениями психического развития»	*38 неделя*	*20**
4	Защита реферата на выбранную тему. Из списка тем рефератов.	*42 неделя*	*20**
	Зачет по дисциплине		***20****

	ИТОГО		**100 баллов**

** примерные нормы оценки заданий в баллах на оценку «отлично»*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

ГЦОЛИФК

Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры
АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) «ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023 г.

Москва – 2020 г.

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

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

3. **Цель освоения дисциплины (модуля):** *Целью освоения дисциплины (модуля) «Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» является: социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ к особенностям учебно-педагогического процесса в РГУФКСМиТ.*

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)**
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции
УК-9 Инклюзивная компетентность	**Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах**
УК-9.1	**Знает** понятие инклюзивной компетентности, ее компоненты и структуру; особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах
УК-9.2	**Умеет** планировать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.
УК-9.3	**Владеет** навыками взаимодействия в социальной и профессиональной сферах с лицами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Очная форма обучения

№	**Раздел дисциплины (модуля)**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)**
			Занятия	**Занятия семинарского**	**Самостоятель**	**Контроль**	

1	**Раздел 1. Теоретико-методические основы АФК.**	8	**4**	**10**	**22**		
2	Тема 1. 1. Понятие «инвалидности». Группы инвалидности по БМСЭ. Классификация инвалидности по ВОЗ.	8		4	6		
3	Тема 1.2 Психолого-педагогические особенности лиц с ОВЗ.	8	2	2	6		
4	Тема 1.3 Место и роль АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ОВЗ.	8	2	4	8		
7	**Раздел 2. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ОВЗ**	8	**6**	**12**	**20**		
8	Тема 2.1 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития.	8	2	4	6		
9	Тема 2.2 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями.	8	2	4	8		
10	Тема 2.3 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.	8	2	4	6		
Итого 72			**10**	**22**	**40**		**Зачет**

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины (модуля)**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)**
			Занятия	**Занятия семинарског**	**Самостоятель**	**Контроль**	
1	**Раздел 1. Теоретико-методические основы АФК.**	9,10	**2**	**2**	**30**		
2	Тема 1. 1. Понятие «инвалидности». Группы инвалидности по БМСЭ. Классификация инвалидности по ВОЗ.	9,10	2		10		
3	Тема 1.2 Психолого-педагогические особенности лиц с ОВЗ.	9,10		2	10		
4	Тема 1.3 Место и роль АФК в системе комплексной реабилитации лиц с ОВЗ.	9,10			10		

7	**Раздел 2. Технологии адаптивного физического воспитания лиц с ОВЗ**	9,10			**36**		
8	Тема 2.1 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с нарушениями психического развития.	9,10			12		
9	Тема 2.2 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с сенсо-речевыми нарушениями.	9,10			12		
10	Тема 2.3 Технологии адаптивного физического воспитания лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.	9,10		2	12		
Итого 72			**2**	**4**	**66**		**Зачет**

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

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра анатомии и биологической антропологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

«ФТД.03 Спортивная морфология»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] далее считать следующее распределение профилей по потокам:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры анатомии и биологической антропологии
Протокол № 2 от «08» сентября 2020 г.

Составитель:
Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор кафедры анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ;
Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ;

Рецензент:
Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор, заведующая кафедрой анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ

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

Цель освоения дисциплины – познакомить студентов с возрастными особенностями онтогенеза человека и механизмами формирования морфологического типа спортсмена отвечающего требованиям конкретного вида спорта. На этой основе сформировать биологические принципы спортивного отбора и построения многолетнего тренировочного процесса.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Программа дисциплины **«Спортивная морфология» ФТД.03** составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки **49.03.04 Спорт** профиль «1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической

культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.»

Отличительной чертой данной дисциплины является изучение биологии человека в точки зрения тех адаптационных механизмов, которые работают на отдельных этапах онтогенеза и в различных экстремальных режимах функционирования. В связи с этим дисциплина позволяет вооружить специалиста представлением о генетических и средовых зависимостях в строении и функционировании систем организма спортсменов, идущего от понимания механизмов взаимодействия «человек-природа». Это, в свою очередь, способствует эффективному использованию тренировочных приемов для достижения высоких спортивных результатов и получения навыков в методах контроля и предупреждения предпатологических состояний опорно-двигательного аппарата.

В системе профессиональной подготовки дисциплина обеспечивает теоретическую базу для дисциплин медико-биологического цикла, а также обеспечивает возможность контроля и мониторинга состояния здоровья, занимающихся физической деятельностью и спортом.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-1.	***Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов***				
ОПК-1.1.	**Знает** положения теории физической культуры теории	*3*	*3*	*3*	*3*

	спорта, физиологические, анатомо-морфологические и психические особенности занимающихся физической культурой и спортом различного пола и возраста; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и субъективные предпосылки в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования; технологии разработки программ спортивной подготовки и образовательных программ в области физической культуры и спорта				

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетные единицы, 36 академических часов**.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в курс дисциплины	**3**	**3**	**3**	**2**	**2**	**2**		
2	Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
3	Закономерность адаптации к двигательным режимам разной направленности	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
4	Изменение мышечной системы под действием	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		

	физической нагрузки и ее морфологические основы								
	Изменение костной системы под влиянием занятий спортом и тренировок	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
	Компоненты тела и их строение	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
	Физическое развитие и конституция человека	**3**	**3**	**3**	**2**		**4**		
	Конституция и реактивность организма	**3**	**3**	**3**	**2**		**2**		
					6	**12**	**18**		**Зачет**
	Итого часов:								

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Введение в курс дисциплины	**3**	**2**		**4**		
2	Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития	**3**			**4**		
3	Закономерность адаптации к двигательным режимам разной направленности	**3**			**4**		
4	Изменение мышечной системы под действием физической нагрузки и ее морфологические основы	**3**			**4**		
5	Изменение костной системы под влиянием занятий спортом и	**3**			**4**		

	тренировок						
6	Компоненты тела и их строение	**3**			**4**		
7	Физическое развитие и конституция человека	**3**		**2**	**4**		
8	Конституция и реактивность организма	**3**			**4**		
Итого часов:			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

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

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

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

Примерный перечень вопросов к зачету по всему курсу

1. Спортивная морфология как наука о морфофункциональной перестройке организма человека на всех уровнях его систем.

2. Общие принципы адаптации организма к спортивной деятельности.

3. Общие принципы надежности биологических систем у спортсменов.

4. Понятия “гипертрофия”, “гиперплазия”, их пусковые механизмы и морфологическая сущность.

5. Особенности адаптации костной системы у спортсменов различных специализаций.

6. Методы исследования костной системы:

• рентгеновский метод;

• морфометрический и антропометрический методы.

7. Морфологические критерии оценки биологического возраста юных спортсменов по рентгенограммам скелета кисти; значение этих сведений для отбора в различные виды спорта и прогнозирования спортивных результатов.

8. Методы исследования подвижности суставов. Виды подвижности, факторы ее определяющие.

9. Особенности адаптивных изменений суставов у спортсменов различных специализаций.

10. Варианты адаптации скелетных мышц спортсменов различных специализаций.

11. Методы оценки силы различных групп мышц.

12. Определение термина “осанка”. Особенности осанки спортсменов отдельных специализаций.

13. Методы исследования осанки. Патологические изменения позвоночника.

14. Методы исследования сводов стопы. Причины развития плоскостопия, его влияние на функцию всего организма.

15. Адаптация системы внешнего дыхания к физическим нагрузкам. Форма и подвижность грудной клетки. Уровень энерготрат и изменение аппарата внешнего дыхания.

16. Воздействие физических нагрузок на структуру и функцию органов пищеварения и мочеполовые органы. Возможности их патологических изменений.

17. Адаптация сердечно-сосудистой системы спортсменов к физическим нагрузкам. Гипертрофия миокарда. Морфологические изменения миокарда в условиях его перетренированности.

18. Особенности изменений сердца в период полового созревания. Построение тренировочного процесса с учетом возрастных особенностей сердечнососудистой системы.

19. Изменения органов иммунной системы в процессе адаптации организма к физическим нагрузкам. Причины снижения иммунитета у спортсменов.

20. Участие эндокринных органов в процессе адаптации организма спортсмена к физическим нагрузкам. Общий адаптационный синдром.

21. Соматотип спортсмена. Определение понятия.

22. Роль различных антропометрических исследований для объективной оценки соматотипа спортсмена.

23. Антропометрические методики, их цели.

24. Антропометрические приборы. Методика их применения.

25. Методы определения компонентов массы тела как показателя особенностей обменных процессов у спортсменов различных специализаций.

26. Определение площади поверхности тела. Значение ее величины для спортсменов различных специализаций.

27. Пропорции тела спортсменов. Особенности классификации пропорций по методике Шевкуненко-Гесселевича, Башкирова и Бунака. Пропорции, генетически закрепленные и меняющиеся под влиянием физических нагрузок.

28. Соматотип спортсмена, методы его оценки.

29. Критерии, заложенные в оценку соматотипов по Черноруцкому и по Сиго.

30. Классификация соматотипов по Бунаку.

31. Классификация соматотипов по Штефко и Островскому.

32. Критерии, заложенные в оценку соматотипов по Шелдону.

33. Классификация соматотипов по методике Хит-Картера.

34. Модельные характеристики спортсменов высокого уровня различных специализаций.

35. Значение оценки соматотипа для спортивного отбора и спортивной ориентации.

Примерный перечень вопросов для текущего контроля успеваемости

1. Определение понятия «Спортивная морфология».
2. Задачи курса спортивной морфологии.
3. Какие методы исследования используются в спортивной морфологии.
4. Адаптационные изменения в опорно-двигательном аппарате
5. Методы исследований костной системы.

6. Рентгенологический и антропометрический методы исследования костной системы.

7. Изменения в костной системе при занятиях спортом на тканевом уровне.

8. Общие и локальные изменения в костях скелета при занятиях спортом.

9. Через какое время после начала систематических тренировок появляются изменения в костной системе.

10. Локальные изменения в костной системе при систематических занятиях: плаванием, гимнастикой и акробатикой, легкой атлетикой (бег, прыжки, метание).

11. Изменение химического состава костей при систематических занятиях спортом.

12. Изменение формы костей скелета при занятиях спортом.

13. Изменение строения костей — надкостницы, компактного и губчатого вещества, костно-мозговой полости, при систематических занятиях спортом.

14. Изменения развития и роста костей при систематических занятиях спортом.

15. Какое значение имеет оптимальная подвижность в суставах при занятиях спортом.

16. Понятия: гибкость, подвижность. Активная подвижность, пассивная подвижность.

17. Влияние систематических занятий спортом на строение и функцию суставов (общие и локальные изменения в зависимости от занятий тем или иным видом спорта).

18. Влияние на величину подвижности в суставах состояния нервной системы, времени дня, температуры окружающей среды, возраста, пола.

19. В каком возрасте наблюдается наибольшая подвижность в суставах у не спортсменов и каким образом её можно сохранить в более старших возрастах.

20. Взаимосвязь между величиной подвижности в суставах и степенью развития мышц.

21. Морфофункциональная адаптация мышечной системы к физическим нагрузкам разного характера и разной интенсивности

22. Морфофункциональные методы исследования мышечной системы спортсменов.

23. Изменения в скелетных мышцах на макроскопическом и микроскопическом уровнях.

24. Влияние гиподинамии на строение скелетных мышц: мышечных волокон, сосудистого и нервного аппарата.

25. Влияние умеренных физических нагрузок на строение скелетных мышц: мышечных волокон, сосудистого и нервного аппарата.

26. Изменения в скелетных мышцах при субмаксимальных нагрузках, под влиянием которых развивается состояние оптимальной тренированности (на макроскопическом уровне — в мышце, как целом органе, на микроскопическом уровне — в мышечных волокнах, сосудистом и нервном аппарате мышц).

27. Изменения в скелетных мышцах при нагрузках приводящих к состоянию хронического переутомления. Обратимые и необратимые процессы. Влияние их на функцию мышц.

28. Какой двигательный режим необходимо рекомендовать после усиленных физических нагрузок — гиподинамию, или постепенное снижение нагрузок.

29. Адаптационные изменения в сердечно-сосудистой системе спортсменов

30. Методы исследования сердечно-сосудистой системы.

31. Рентгенокимография, её возможности.

32. Электрокардиография.

33. Гипертрофия сердца, фазы.

34. Механизм развития гипертрофии.

35. Факторы обуславливающие гипертрофию сердца: характер физических нагрузок, частота использования максимальных нагрузок, спортивный стаж, нарушения режима.

36. Проводящая система сердца. Изменения автоматизма, возбудимости и проводимости сердца.

37. Учение о конституции человека

38. Конституциональные особенности спортсменов

39. Понятие о конституции человека (по В.В. Бунаку).

40. Факторы, обуславливающие конституцию человека.

41. Признаки, лежащие в основе конституции человека.

42. Конституциональные схемы и их недостатки.

43. Конституциональная схема Сиго.

44. Конституциональная схема Кречмера.

45. Конституциональная схема М.В. Черноруцкого.

46. Конституциональная схема Шелдона.

47. Конституциональная схема В.В. Бунака.

48. Конституциональные особенности спортсменов.

49. Значение изучения конституции человека для преподавателей физической культуры.

50. Учение о физическом развитии

51. Определение понятия «физическое развитие».

52. Факторы, обуславливающие физическое развитие человека.

53. Признаки, лежащие в основе определения физического развития.

54. Методы оценки физического развития.

55. Методы индексов в оценке физического развития человека и его недостатки.

56. Метод стандартов и антропометрического профиля по Р. Мартину.

57. Метод корреляции.

58. Физическое развитие спортсменов различных специализаций.

59. Значение изучения физического развития для тренеров и спортсменов.

60. Определение состава веса спортсменов

61. Аналитический метод Матейки. Его использование при определении жирового компонента, костного, мышечного.

62. Определение обезжиренной массы тела.

63. Состав веса тела у лиц, занимающихся разными видами спорта, и у лиц не занимающихся спортом.

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

а) Основная литература:

1. Самусев, Р. П. Возрастная морфология (Ч. I) [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е. В. Зубарева, Е. С. Рудаскова, Р. П. Самусев.– Волгоград: ВГАФК, 2012. – 177 с.: ил. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/233128.info

2. Спортивная морфология [Электронный ресурс] : учеб. пособие [для студентов вузов] : направление 44.04.01 "Педагогическое образование", направленность "Физкультурное образование" / М. А. Попова, А. Э. Щербакова, А. Ю. Дронь, Р. М. Сафин, И. В. Мыльченко .– Сургут : РИО СурГПУ, 2016 .– 133 с. – Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/670831.info

3. Мартиросов, Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. – М.: Физкультура и спорт, 1982.

б) Дополнительная литература:

1. Агаджанян, Н.А. Экология человека и интегративная антропология / Н.А. Агаджанян, Б.А. Никитюк, И.Н. Полунин. – М.: Рос. Акад. Мед. Наук, 1996.

2. Гиляров А.М. Популяционная экология.– М.: Изд-во МГУ, 1990.

3. Рогинский Я.Я., Левин М.Г. Антропология. М., 1963.

4. Интеграция знаний в науке о человеке: (Современная интегративная антропология). – М.: СпортАкадемПресс, 2000.

5. Никитюк, Б.А. Морфология человека / Б.А. Никитюк, В.П. Чтецов. – М.: Изд-во МГУ, 1990.

6. Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта, М.С. Рожков .— Омск : Изд-во СибГУФК, 2015 .— 136 с. : ил. — Режим доступа: https://lib.rucont.ru/efd/64098.info

7. Садохин А.П. Концепции современного естествознания: Учебник для ВУЗов. – М: ЮНИТИ-ДАНА, 2006.

8. Хрисанфова Е.Н. Антропология: Учебник / Е.Н. Хрисанфова, И.В. Перевозчиков. – 4-е изд. – М.: Наука, 2005.

9. Харитонов В.М., Ожигова А.П., Година Е.З., Хрисанфова Е.Н., Бацевич В.А. Антропология: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М., 2003.

10. Харрисон Дж., Уайнер Дж., Тэннер Дж., Барникот Н., Рейнолдс В. Биология человека. М., 1979.

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

1. http://www.sportedu.ru/
2. http://www.vesti-nauka.ru – сайт новостей в науке;
3. http://www.lenta.ru/science – сайт новостей в науке:
4. http://www.dic.academic.ru;
5. http://www.nedug.ru/library.
6. http://window.edu.ru
7. http://humbio.ru
8. http://meduniver.com/Medical/Anatom/421/html;
9. http://www.anatomy.tj/ – Анатомический атлас;
10. http://www.anatomus.ru/ – Анатомия человека;
11. http://www.anatomiya-atlas.ru/ – Атлас анатомии человека, анатомия в картинках;

12. http://nmu-student.narod.ru/anatomysapin/ – Электронный учебник Сапина М.Р.;

13. http://www.anatomiy.-portal.info/ – Анатомический портал;

14. http://slovar-anatomy.ru/ – Словарь анатомии человека;

15. http://www/e-anatomy.ru/ – Анатомия. Виртуальный атлас. Строение Человека;

16. http://www.allanatomy.ru/ – Анатомия человека

17. http://www.alleng.ru/edu/biol.htm – Образовательный ресурс

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
- Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
- Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
- Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

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

Отечественные базы данных:

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru

Зарубежные базы данных:

«Health Research Premium Collection» компании ProQuest www.proquest.com

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийные классы, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

4. Секционные залы (учебные аудитории) для проведения практических занятий с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, набором таблиц, муляжей, барельефов.

5. Анатомический музей, включающий натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты для проведения занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и персональным компьютером с выходом в сеть Internet.

6. Гистологическая лаборатория с микроскопами и гистологическими препаратами.

7. Компьютерный класс с персональными компьютерами с программным обеспечением, с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

8. Антропологическая лаборатория, включающая анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; плантограф, динамометры, медицинские весы.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) ФТД.03_ Спортивная морфология для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Анатомии и биологической антропологии.

Сроки изучения дисциплины (модуля): очная форма *3 семестр*, заочная форма *3 семестр*

Форма промежуточной аттестации на очной и заочной форме: ***зачет***.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальное кол-во баллов
1	*Зачет «Периодизация онтогенеза человека»*	*4-5 недели*	*15*
2	*Зачет «Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития»*	*7-8 недели*	*5*
3	*Реферат «Влияния разных видов спорта на темпы онтогенеза»*	*10-11 недели*	*20*
4	*Зачет «Физическое развитие и его оценка»*	*13-14 недели*	*12*
5	*Зачет «Морфологические основы двигательной активности»*	*15 недели*	*10*
6	*Реферат «Морфологические особенности разных видов спорта»*	*16 недели*	*10*
6	*Посещение занятий*	*В течение семестра*	*8*
	Зачет		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Выступление на семинаре «*Физическое развитие и конституция человека*»*	*10*
3	*Выступление на семинаре «А*даптация мышц к физическим нагрузкам*»*	*10*
4	*Реферат «*Морфологические основы двигательной активности*»*	*20*
5	*Выступление на семинаре* «Оценка компонентов массы тела и их строение*»*	*20*
6	*Написание реферата «Периодизация онтогенеза человека»*	*20*

***При сдаче микрозачетов и контрольной работы студент отвечает на вопросы лекционного курса по данной теме.**

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Количество баллов начисляется в соответствии с критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)».
- Необходимо предусмотреть дополнительные задания, которые позволят набрать необходимое количество баллов обучающимся, пропустившим мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

[1] Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра анатомии и биологической антропологии

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ФТД.03 Спортивная морфология»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет ***1*** зачетные единицы, 36 академических часов.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): *3 семестр очная форма обучения; 3семестр заочной формы обучения.*

3. Цель освоения дисциплины (модуля) *Спортивная морфология*:

Цель освоения дисциплины – сформировать у будущих тренеров по виду спорта и педагогов физической культуры понимание основных биологических закономерностей, на которых базируется спортивный отбор и построение многолетнего тренировочного процесса.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-1.	***Способен планировать тренировочный процесс на этапах спортивной подготовки с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психических особенностей спортсменов***				
ОПК-1.1.	**Знает** положения теории физической культуры теории спорта, физиологические, анатомо-морфологические и психические особенности занимающихся физической культурой и спортом различного пола и возраста; специфику, масштабы и предметные аспекты планирования, его объективные и	*3*	*3*	*3*	*3*

	субъективные предпосылки в рамках сферы спортивной подготовки и сферы образования; технологии разработки программ спортивной подготовки и образовательных программ в области физической культуры и спорта				

5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в курс дисциплины	**3**	**3**	**3**	**2**	**2**	**2**		
2	Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
3	Закономерность адаптации к двигательным режимам разной направленности	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
4	Изменение мышечной системы под действием физической нагрузки и ее морфологические основы	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
	Изменение костной системы под влиянием занятий спортом и тренировок	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
	Компоненты тела и их строение	**3**	**3**	**3**		**2**	**2**		
	Физическое развитие и конституция человека	**3**	**3**	**3**	**2**		**4**		

	Конституция и реактивность организма	**3**	**3**	**3**	**2**		**2**		
					6	**12**	**18**		**Зачет**
	Итого часов:								

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Введение в курс дисциплины	**3**	**2**		**4**		
2	Эндогенные и экзогенные факторы роста и развития	**3**			**4**		
3	Закономерность адаптации к двигательным режимам разной направленности	**3**			**4**		
4	Изменение мышечной системы под действием физической нагрузки и ее морфологические основы	**3**			**4**		
5	Изменение костной системы под влиянием занятий спортом и тренировок	**3**			**4**		
6	Компоненты тела и их строение	**3**			**4**		
7	Физическое развитие и конституция человека	**3**		**2**	**4**		
8	Конституция и реактивность организма	**3**			**4**		
Итого часов:			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

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

Институт Гуманитарный
Кафедра иностранных языков и лингвистики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«ФТД.04 Иностранный язык (профессиональный)»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

далее считать следующее распределение профилей по потокам:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры иностранных языков
_____и лингвистики_____
(наименование)
Протокол № 4__ от «_22_» _сентября_2020_ г.

Составитель:
Комова Елена Викторовна, к.п.н, доцент_кафедры иностранных языков и лингвистики
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) **Иностранный язык (профессиональный)»** является повышение уровня практического владения иностраннымязыком для активного его применения в профессиональном общении.Выпускник вуза должен обладать уровнем коммуникативной компетенциидля решения социально-коммуникативных задач в профессиональнойдеятельности при общении с зарубежными партнерами, а также длядальнейшего самообразования.

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

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

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения**	**заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	
УК 4	***Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах***		
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации	*3*	*3*
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	*4*	*4*

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Физические качества	**3**		**12**	**15**		
2.	Техника движения	**3**		**10**	**15**		
3.	Психологическая подготовка	**3**		**12**	**20**		
4.	Тест №1	**3**					
	Итого часов за семестр			**32**	**40**		**зачет**
5.	Травмы	**4**		**12**	**15**		
6.	Тренировка	**4**		**10**	**15**		
7.	Питание	**4**		**12**	**20**		
8.	Тест №2	**4**					
	Итого часов за семестр			**32**	**40**		**зачет**
Итого часов: 144ч				**64**	**80**		

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	Физические качества Техника движения Психологическая подготовка	**3**		**2**	**50**		
2.	Тест №1	**3**			**20**		
	Итого часов за семестр			**2**	**70**		**зачет**
3.	Травмы Тренировка Питание	**4**		**2**	**50**		
4.	Тест №2	**4**			**20**		

	Итого часов за семестр			**2**	**70**		**зачет**
Итого часов: 144ч				**4**	**140**		

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).
После изучения темы семестра проводятся лексико-грамматические задания по изученному материалу.
1) Собеседование по следующим темам:

Физические качества
Техника движения
Психологическая подготовка
Травмы
Тренировка
Питание

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

а) Основная литература:

1. Е.Г.Борисенко, О.А.Кравченко. Английский язык для физкультурных специальностей. Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс, 2015, 410с.

б) Дополнительная литература:

1.И.Г.Федотова, Н.А. Ишевская «Ускоренный курс английского языка», Москва, Медицина XX1, 2006.

2. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С.Боянус. – М.:

Локид-Пресс, Минск, Соврем. слово, 2005 – 687с.

3. Аракин В.Д. Англо-русский словарь: Ок.40000 сл. и 60000 словосочетаний. – 17е изд., стер. – М.: Руск.яз., 2002-590 с.
4. Минаева Л.В. Англо-русский словарь: ок.25000 сл и 70000 словосочетаний – 7е изд., испр. – М.:Русс. Яз.Медиа, 2004- 633с.
5. Венявская В.М. Английский язык. Страноведение : учеб. для студентов вузов соответствует Гос. образоват. стандарту : утв. М-вом образования РФ = Across the countries and continents / В.М. Венявская. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 444 с.: ил.
6. Голицынский Ю. Грамматика : сб. упражнений / Ю. Голицынский, Н. Голицынская. - Изд. 7-е, испр. и доп. - СПб.: Каро, 2010. - 575 с.: табл.
7. Р.С. Довганенко. Английский язык. Пособие по аудированию. М.,2006.
8. DVD film “History of the Olympic Games”

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

bbc.co.uk news, BBC Learning English, elllo.org-English Listening

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

- *программное обеспечение дисциплины (модуля):*
  - Операционная система – Microsoft Windows.
  - Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
  - Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
  - Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
– Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.
– Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
– Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
– Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
– Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
– «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
– Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине* «ФТД.04 Иностранный язык (профессиональный)»» *для обучающихся института спорта и физического воспитания 2_курса, направления подготовки направления подготовки* 49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культу и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовк каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквонд Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических вид спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силов атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребн слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спор «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическ деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спор «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики_

Сроки изучения дисциплины (модуля): __3,4 семестр (ы) очная, заочная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: **зачет/зачет**

II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ,

СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости 3 семестр	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальноекол-во баллов
1.	Выступление по теме «Физические качества»	*2 неделя*	*10*
2.	Выступление по теме «Техника движения»	*4 неделя*	*10*
3.	Выступление по теме «Психологическая подготовка»	*6-7 неделя*	*10*
4.	*Лексико-грамматический тест №1*	*8 неделя, 10 неделя*	*10*
5.	*Работа на занятиях*	*В течение семестра*	*40*
6.	*Зачет*		*20*
	ИТОГО		**100 баллов**

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости 4 семестр	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[2]	Максимальноекол-во баллов
1	Выступление по теме «Травмы»	*2 неделя*	*10*
2	Выступление по теме «тренировка»	*4 неделя*	*10*
3	Выступление по теме «Питание»	*6 неделя*	*10*
4	*Лексико-грамматический тест №2*	*7 неделя, 10 неделя*	*10*
5	*Работа на занятиях*	*В течение семестра*	*40*
6	*Зачет*		*20*
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
	Выступление по теме «Физические качества»	*10*
	Выступление по теме «Техника движения»	*10*
	Выступление по теме «Психологическая подготовка»	*10*
	Выступление по теме «Травмы»	*10*
	Выступление по теме «Питание»	*10*

[1] Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

	Лексико-грамматический тест №1,2	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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

Институт Гуманитарный
Кафедра иностранных языков и лингвистики

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

портивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо йсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахмат я деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельност еской культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физическ орта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор дготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви й». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельност еской культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в обла льтуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогичес области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в обла льтуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в обла льтуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор одготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ порта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность ческой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическ области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогичес области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в обла льтуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельност еской культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельност еской культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физическ орта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор одготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор дготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор дготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви вальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спор я деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогичес области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
дготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**
я подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

тать следующее распределение профилей по потокам:

Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области ой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая ость в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по рта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная ка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная ка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная ка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области ой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая ость в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая ость в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта ние», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ая подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической и спорта.

Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта ная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая ость в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по рта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная ка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области ой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая ». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических жного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в ординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ая подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области ой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». ческая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта е». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду рыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ая подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) :

Очная форма обучения составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часа.

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

3,4 семестры очное, заочное отделение

3.Цель освоения дисциплины (модуля):

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

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

Дисциплина **Профессиональный иностранный язык** является общеобразовательной дисциплиной и продолжает курс иностранного языка на основе знаний, полученных в результате изучения дисциплины «Иностранный язык».

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**	
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения**	**заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	
УК 4	***Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах***		
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации	*3*	*3*
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	*4*	*4*
УК-4.3.	Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	*4*	*4*

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарског	Самостоятельная работа	Контроль	
9.	Физические качества	**3**		**12**	**15**		
10.	Техника движения	**3**		**10**	**15**		
11.	Психологическая подготовка	**3**		**12**	**20**		
12.	Тест №1	**3**					
	Итого часов за семестр			**32**	**40**		**зачет**
13.	Травмы	**4**		**12**	**15**		
14.	Тренировка	**4**		**10**	**15**		
15.	Питание	**4**		**12**	**20**		
16.	Тест №2	**4**					
	Итого часов за семестр			**32**	**40**		**зачет**
Итого часов: 144ч				**64**	**80**		

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного	Занятия семинарског	Самостоятельная работа	Контроль	
5.	Физические качества Техника движения Психологическая подготовка	**3**		**2**	**50**		

6.	Тест №1	**3**			**20**		
	Итого часов за семестр			**2**	**70**		**зачет**
7.	Травмы Тренировка Питание	**4**		**2**	**50**		
8.	Тест №2	**4**			**20**		
	Итого часов за семестр			**2**	**70**		**зачет**
Итого часов: 144ч				**4**	**140**		

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

ГЦОЛИФК

Институт туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФТД.05 Кинезиотейпирование в спорте»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

офили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры порта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области изической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области зической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная дготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. едагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта ехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивна одготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная готовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая тлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в бласти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта русный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры порта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры физической реабилитации и оздоровительной
физической культуры им. И.М. Саркизова-Серезани
Протокол № 110 от «01» октября 2020 г.

Составитель:
Составитель: Еремин Даниил Николаевич, преподаватель кафедры «Физической реабилитации и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини»

1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Кинезиотейпирование в спорте» является: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ кинезиотейпирования в спорте, а также добиться целостного осмысления содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра по спортивной подготовки в избранном виде спорта. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных форм, подбор правильных методик нанесения тейпов на поврежденную область, учитывая показания и противопоказания, специфику видов спорта. Образовательная деятельность по дисциплине «Кинезиотейпирование в спорте» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

«Кинезиотейпирование в спорте» относится к обязательной дисциплине вариативной части ООП. Имеет трудоемкость равную 1 зачетным единицам.

Для освоения данной дисциплины необходимы знания анатомии, физиологии, общей и частной патологии, теоритико-методические основы физического воспитания, теоретико–методологических основ лечебной физической культуры и физической реабилитации. Программой предусмотрены теоретические занятия (лекции), лабораторно-практические, а также самостоятельные занятия. Дисциплина совершенствует профессиональные навыки будущего бакалавра по направлению 49.03.04 «Спорт», профиля – Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;

Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения).** Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения).**Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения).**

Знания, полученные при освоении дисциплины необходимы для успешного прохождения разделов ООП: практики, научно-исследовательской работы, ГИА. Дисциплина «Кинезиотейпирование в спорте» является одной из фундаментальных теоретическо-практических дисциплин для дальнейшей профессиональной деятельности специалистов в области физической культуры и спорта. Программа обеспечивает подготовку будущих выпускников для работы в ДЮСШ, спортивных командах, фитнес-центрах.

Преподавание дисциплины «Кинезиот*ейпирование в спорте и реабилитации*» осуществляется путем рационального сочетания различных форм учебной деятельности: лекционных, семинарских, практических занятий, самостоятельной внеаудиторной работы. Завершается дисциплина *зачетом*.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-10	Способен обеспечивать соблюдение техники	*5*	*5*	*5*	*9*

	безопасности, профилактику травматизма				
ОПК-10.1.	Знает правила техники безопасности; средства и методы профилактики травматизма при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и спортивных соревнований; приемы оказания первой помощи	*5*	*5*	*5*	*9*
ОПК-10.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности; профилактику травматизма при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и спортивных соревнований; оказывать первую помощь	*5*	*5*	*5*	*9*

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 **зачетную единицу**, 36 **академических часов**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Основы тейпирования:** - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания	**5**	**5**	**5**	**1**	**1**	**1**		

	к применению методики тейпирования.								
2	**Механизм действия кинезиотейпов:** - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.	**5**	**5**	**5**	**1**	**1**	**1**		
3	**Основные правила работы с аппликациями в тейпировании:** - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.	**5**	**5**	**5**	**2**	**4**	**2**		
4	**Основные техники методики тейпирования:** - Мышечное тейпирование; - Корригирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания	**5**	**5**	**5**	**2**	**6**	**14**		
	Итого часов: 36				**6**	**12**	**18**		**Зачет**

заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	**Основы тейпирования:** - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания к применению методики	**9**	**1**	**1**	**10**		

	тейпирования. **Механизм действия кинезиотейпов:** - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.						
2	**Основные правила работы с аппликациями в тейпировании:** - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа. **Основные техники методики тейпирования:** - Мышечное тейпирование; - Корригирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания	**9**	**1**	**1**	**22**		
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине «Типирование в спорте и реабилитации».

Вопросы для устного ответа и собеседования:

1. История возникновения методики тейпирования.
2. Цвета тейпов и принципы работы с ними, особенности цветотерапии.
3. Виды и свойства тейпов, отличия.
4. Терминология тейпирования. Анатомия тейпирования.
5. Показания к применению методики тейпирования. Области медицины, в которых показано применение данной методики.
6. Противопоказания к применению методики тейпирования.

7. Механизм действия кинезиотейпов. Физиологический механизм. проприоцептивный.

8. Основные правила работы с аппликациями в тейпировании.

9. Подготовка кожи к тейпированию. Нанесение и удаление тейпов Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.

10. Основные техники методики тейпирования.

11. Мышечное тейпирование и его особенности.

12. Методика ингибиции мышц, особенности нанесения аппликаций.

13. Методика фацилятации мышц, особенности нанесения аппликаций.

14. Корригирующие техники тейпирования в спорте и реабилитации.

15. Механическая коррекция, особенности нанесения аппликации.

16. Степени натяжений аппликаций, основные виды полосок кинезиотейпов.

17. Фасциальная коррекция, особенности нанесения аппликации.

18. Послабляющая коррекция, особенности нанесения аппликации.

19. Связочная/сухожильная коррекция, особенности нанесения аппликации.

20. Функциональная коррекция, особенности нанесения аппликации.

21. Лимфатическая коррекция, особенности нанесения аппликации.

22. Особенности применения сложных техник аппликаций.

23. Виды тейпирования. Медицинское тейпирование, кинезиотейпирование, атлетическое тейпирование.

24. Особенности тейпирования в спорте.

25. Особенности тейпирования в реабилитации.

26. Техника тейпирования мышц шеи.

27. Техника тейпирования мышц верхних конечностей.

28. Техника тейпирования мышц нижних конечностей.

29. Техника тейпирования мышц спины.

30. Техника тейпирования мышц брюшной полости.

31. Техника тейпирования мышц груди.

32. Тейпирование в спорте на различных этапах подготовки.

33. Особенности тейпирования в единоборствах.

34. Особенности тейпирования в циклических видах спорта.

35. Особенности тейпирования в сложно-координационных видах спорта.

36. Тейпирование при патологиях ССС.

37. Тейпирования при травмах и заболеваниях ОДА.

38. Тейпирование при патологиях ДС.

39. Тейпирование при патологиях нервной системы.

40. Тейпирвоание при патологиях ЖКТ.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Крючок В.Г., Сиваков А.П., Василевский С.С., Можейко Л.Ф., Забаровский В.К., Загородный Г.М., Малькевич Л.А., Трембицкий О.В., Платонов А.В., Ласоцкая О.А., Левченко А.Е. Применение оригинального кинезиотейпирования при травмах и заболеваниях. Инструкция по применению. МЗ Республики Беларусь, 2010.

2. Джеффри Гросс. Физикальное исследование костно-мышечной системы (иллюстрированное руководство). М.: Платформа, 2011.

3. Синельников Р. Д., Синельников Я.Р., Синельников А.Я. Атлас анатомии человека (издание седьмое, переработанное). М.: Новая волна, 2011.

б) Дополнительная литература:

1. Kase Kenzo, Wallis Jim Clinical therapeutic applications of the Kinesio taping method. Albuquerque, 2003.

2. Kase Kenzo, Kim Rock Stockheimer, Neil B. Piller Kinesio Taping for Lymphoedema and Chronic Swelling. Albuquerque, 2003.

3. Halseth T., McChesney J.W., DeBeliso M., Vaughn R., J. Lien J. The effects of kinesio taping on proprioception at the ankle // J. Sports Sci. & Med., 2004.

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

1.www.minsport.gov.ru/ - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
2.http://fcpsr.ru/ - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

□программное обеспечение дисциплины:
1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1.Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

2.Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

3.Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

4.Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

5.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине Кинезиотейпирование в спорте для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса очной формы обучения и 5 курса заочной формы обучения, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физической реабилитации и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр очная форма обучения; 9 семестр заочная форма обучения.
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	*Выступление на семинаре «История создания методики тейпирования»*	*3 неделя*	*3*
2	*Выступление на семинаре «Основы тейпирования. Основы тейпирования в спорте и реабилитации»*	*4 неделя*	*3*
3	*Выполнение практического задания №1 по разделу «Основные правила работы с аппликациями в тейпировании»*	*5 неделя*	*5*
4	*Написание реферата по темам раздела «Тейпирование в спорте и реабилитации»*	*5 неделя*	*15*
5	*Контрольная работа по разделу «Основные техники методики тейпирования»*	*10неделя*	*15*
6	*Выполнение практического задания №2 по разделу «Методика нанесения аппликаций при ингибиции и фацилятации»*	*10 неделя*	*8*
7	*Выступление на семинаре «Виды корригирующих техник»*	*15 неделя*	*6*
8	*Презентация по изучаемым разделам дисциплины*	*В течение семестра*	*5*
9	*Посещение занятий*	*В течение семестра*	*10 (1ч=0,14б)*
10	*Выступление на семинаре «История создания методики тейпирования»*	*3 неделя*	*3*
	Зачёт		***30***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Контрольная работа по разделу по разделу «Основной механизм действия тейпов»*	*5*
2	*Выступление на семинаре «Корригирующие техники тейпирования»*	*10*
3	*Подготовка реферата по разделу, пропущенному студентом*	*10*
4	*Дополнительное тестирование по теме «Мышечное тейпирование»*	*5*
5	*Написание реферата по теме «Тейпирование при патологии ОДА»*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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

Институт туризма рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ
«ФТД.05 Кинезиотейпирование в спорте»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет *1* зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: *5 семестр на очной форме обучения; 9 семестр на заочной форме обучения.*

3.Цель освоения дисциплины: обеспечить освоение студентами глубоких знаний в области теоретических и практических основ кинезиотейпирования в спорте, а также добиться целостного осмысления содержательной стороны профессиональной деятельности бакалавра по спортивной подготовки в избранном виде спорта. Выработать у студентов умения осуществлять поиск эффективных форм, подбор правильных методик нанесения тейпов на поврежденную область, учитывая показания и противопоказания, специфику видов спорта. Образовательная деятельность по дисциплине «Кинезиотейпирование в спорте» осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-10	Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма	*5*	*5*	*5*	*9*
ОПК-10.1.	Знает правила техники безопасности; средства и методы профилактики травматизма при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и спортивных соревнований; приемы оказания первой помощи	*5*	*5*	*5*	*9*
ОПК-10.2.	Умеет обеспечивать технику безопасности;	*5*	*5*	*5*	*9*

	профилактику травматизма при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и спортивных соревнований; оказывать первую помощь				

5. Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Основы тейпирования:** - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания к применению методики тейпирования.	**5**	**5**	**5**	**1**	**1**	**1**		
2	**Механизм действия кинезиотейпов:** - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.	**5**	**5**	**5**	**1**	**1**	**1**		
3	**Основные правила работы с аппликациями в тейпировании:** - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа.	**5**	**5**	**5**	**2**	**4**	**2**		
4	**Основные техники методики тейпирования:**	**5**	**5**	**5**	**2**	**6**	**14**		

	- Мышечное тейпирование; - Корригирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания								
	Итого часов: 36				**6**	**12**	**18**		**Зачет**

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	**Основы тейпирования:** - История создания методики кинезиотейпирования; - Цвета тейпов и принципы работы с ними; - Свойства кинезиотейпа; - Анатомия и терминология тейпирования; - Показания/противопоказания к применению методики тейпирования. **Механизм действия кинезиотейпов:** - Физиологический механизм; - Проприоцептивный и анатомический механизм действия тейпов.	**9**	**1**	**1**	**10**		
2	**Основные правила работы с аппликациями в тейпировании:** - Подготовка кожи к тейпированию; - Нанесение и удаление тейпов; - Основные виды аппликаций и степень натяжения тейпа. **Основные техники методики тейпирования:**	**9**	**1**	**1**	**22**		

	- Мышечное тейпирование; - Корригирующие техники; - Применение тейпирования при спортивных травмах и реабилитации пациентов, имеющих различные травмы и заболевания						
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания
Кафедра теории и методики компьютерного спорта

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФТД.06 Цифровая трансформация спорта»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в велосипедных видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**
Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий
Протокол № 2 от «16» сентября 2020 г.

Составитель: Новоселов Михаил Алексеевич, к.п.н., доцент, зав.кафедрой теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

Рецензент: Попов Олег Игоревич, д.п.н., профессор, зав.кафедрой
Теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины ФТД.06 ”Цифровая трансформация спорта” является освоение технологий цифровизации отрасли физическая культура и спорт, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. Дополнительно отмечается, дисциплина проводится форме практической подготовки с использованием персональных компьютеров. Язык обучения: русский

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

В середине 2017 года была принята государственная программа “Цифровая экономика Российской Федерации”, одной из основных целей которой является создание экосистемы цифровой экономики Российской Федерации, в которой данные в цифровой форме являются ключевым фактором производства во всех сферах социально-экономической деятельности. Появились новые термины: “цифровизация”, “цифровые технологии”, “цифровая трансформация”.

Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» в качестве одной из национальных целей отмечено «обеспечение ускоренного внедрения цифровых технологий в экономике и социальной сфере». В соответствии с названным Указом в рамках Национальной программы «Цифровая экономика Российской Федерации» разработан Федеральный проект «Кадры для цифровой экономики» для обеспечения экономики достаточным количеством человеческих ресурсов, обладающих компетенциями, необходимыми для нового века цифровых технологий и экономики знаний и данных.

Новые экономические и технологические условия требуют создания и реализации подходов по содействию гражданам в освоении ключевых компетенций цифровой экономики, обеспечении массовой цифровой грамотности и персонализации образования. В этом отношении подготовка кадров, обладающих цифровыми компетенциями в отрасли “Физическая культура и спорт” не является исключением. И в Ведомственной программе цифровой трансформации Министерства спорта Российской Федерации на 2021-2023 годы предусмотрено создание единой цифровой платформы ГИС «Физическая культура и спорт» (ГИС ФКиС), а также создание программ обучения пользователей внедряемых цифровых государственных функций и ресурсов на базе ГИС ФКиС с объемом финансирования 12 млн. рублей ежегодно.

Дисциплина “Цифровая трансформация спорта” входит в группу факультативных дисциплин.

Дисциплина логически и методически связана с другими дисциплина учебного плана, в частности ей предшествуют: информационные технологии в сфере физической культуры и спорта, теория и методика физической культуры, теория и методика обучения видам спорта, теория спорта, физическая культура и спорт, теория и методика обучения видам спорта.

Дисциплины, для которых освоение дисциплины “Цифровая трансформация спорта” необходимо как предшествующее в соответствии с этапами формирования компетенций: правовые основы профессиональной деятельности, технология спортивной тренировки в избранном виде спорта, профессионально-спортивное совершенствование.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения *(1 поток)*	Очная форма обучения *(2 поток)*	Очная форма обучения *(3 поток)*	Заочная форма обучения
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
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**	6	6	6	6
УК-2.1	Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения	6	6	6	6

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 **зачетную единицу**, 36 **академических часов**

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»	6	6	6	2	4	4		
2	Цифровые технологии в практике спорта	6	6	6	2	4	6		
3	Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»	6	6	6	2	4	8		
	Итого часов: 36				**6**	**12**	**18**		**Зачет**

Заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»	**6**	**2**	**-**	**10**		
2	Цифровые технологии в	**6**	**-**	**-**	**10**		

	практике спорта						
3	Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»	**6**	**-**	**2**	**12**		
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

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

5.2. Перечень примерных вопросов к зачету

1. Цели и основные задачи дисциплины «Цифровая трансформация отрасли «Физическая культура и спорт».
2. Основные понятия цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт».
3. Дать представление о Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017 - 2030 годы
4. Дать представление о Программе "Цифровая экономика Российской Федерации"
5. Дать представление о Федеральном законе N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" с точки зрения цифровизации отрасли Физическая культура и спорт.
6. Дать представление о Федеральном законе N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" " с точки зрения цифровизации отрасли.
7. Представить функционал единой цифровой платформф ГИС «Физическая культура и спорт»
8. Цифровизация избранного вида спорта
9. Предпосылки цифровизации отрасли Физическая культура и спорт
10. Нелинейная цифровизация видов спорта
11. Цифровые технологии в спортивной подготовке в избранном виде спорта
12. Цифровые технологии в организации и проведении спортивных соревнований в избранном виде спорта.

5.3. Перечень требований к презентации

1. Слайд 1 – титул (информация об авторе и организации, где выполнялась работа)
2. Слайд 2- цифровые технологии в структуре спортивной подготовки
3. Слайд 3- цифровые технологии в организации и проведении соревнований
4. Слайд 4- цифровые технологии в судействе
5. Слайд 5- цифровые технологии в научных исследованиях
6. Слайд 6- цифровые технологии в подготовке кадров

7. Слайд 7 – Выводы

5.4. Практическое задание в единой цифровой платформе ГИС «Физическая культура и спорт»

Выполнение задания включает в себя три этапа:

Этап 1. Ознакомление с функционалом платформы.

Этап 2. Выполнение практической работы по вводу исходных данных, редактирования данных, поиска и составления отчетов (с учетом специфики профессиональной деятельности: тренеры, руководители физкультурно-спортивных организаций, руководители органов исполнительной власти различного уровня)

Этап 3. Выполнение практической работы по вводу исходных данных, редактирования данных, поиска и составления отчетов по избранному виду спорта (с учетом специфики профессиональной деятельности: тренеры, руководители физкультурно-спортивных организаций, руководители органов исполнительной власти различного уровня)

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

а) Основная литература:

1. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101 : рек. умо по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.: ил.

2. Рассел, Д. Киберспорт / Джесс Рассел, Рональд Кон = Jess Russell, Ronald Cohn. - [Б. м.]: VSD, [2012]. - 118 с.: ил.253376

3. Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] : курс лекций : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот. в избр. виде спорта" : квалификация (степ.) выпускника - Бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Максименко А.М. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)", Каф. теорет.-метод. основ физ. культуры и спорта. - М., 2019.

б) Дополнительная литература:

1. Блеер, А.Н. Терминология спорта : толковый слов.-справ. : более 10000 терминов / А.Н. Блеер, Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер. - М.: Academia, 2010. - 459 с..

2. Коняхин А.В. Тренинг интеллектуальных способностей : задачи и упражнения / А.В. Коняхин. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 128 с.

3. Концепции современного естествознания : учеб. пособие для студентов, обучающихся по гуманитар. направлениям / Савченко Е.Л. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 171 с.: ил.

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

1. http://www.edu.ru/ – «Российское образование» – федеральный портал.

2. https://minobrnauki.gov.ru – сайт Министерства науки и высшего образования Российской Федерации

3. https://www.minsport.gov.ru/ – сайт Министерства спорта Российской Федерации

4. https://www.sportedu.ru Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)

5. http://lib.sportedu.ru Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту

6. http://it.sportedu.ru Кафедра теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

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

–программное обеспечение дисциплины:

1)Windows Professional, x64 Ed.;

2)Microsoft Office 2016;

3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);

4)Acrobat Reader DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru.
2. Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.r/.
3. Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru.
4. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru.
5. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru.
6. Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Комплект аудиторной мебели, персональные компьютеры с подключением к сети Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду, проектор, экран.

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

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине ФТД.06 Цифровая трансформация спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 3курса, направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спо Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спо Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спо Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,3 потоки -6 семестр, заочная форма обучения- 6 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт.

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

Очная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос. Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»	*1-я неделя*	*15 (Отл-15, хор-11, уд-7)*
2	Презентация. Цифровые технологии в практике спорта	*2-я неделя*	*15 (Отл-15, хор-11, уд-7)*
3	Практическая работа. Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»	*3-я неделя*	*40 (Отл-40, хор-34, уд-28)*
4	*Посещение занятий*		*10*
5	***Зачёт***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Подготовка презентации по пропущенной теме занятия (не более одной в семестр)	*5*
2	Устный ответ по пропущенной теме занятия	*5*
3	Подготовка видеоролика до 1 мин с представлением компьютерного симулятора [в титрах указывается вуз, кафедра, ФИО автора] (не более одного в семестр)	*10*

Заочная форма обучения

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	Опрос. Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»		*15 (Отл-15, хор-11, уд-7)*
2	Презентация. Цифровые технологии в практике спорта		*15 (Отл-15, хор-11, уд-7)*
3	Практическая работа. Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»		*40 (Отл-40, хор-34,*

			уд-28)
6	*Посещение занятий*		*10*
7	***Зачёт***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия, для очной и заочной форм обучения

№	**Виды текущего контроля успеваемости**	**Максимальное кол-во баллов**
1	Подготовка презентации по пропущенной теме занятия (не более одной в семестр)	*5*
2	Устный ответ по пропущенной теме занятия	*5*
3	Подготовка видеоролика до 1 мин с представлением компьютерного симулятора [в титрах указывается вуз, кафедра, ФИО автора] (не более одного в семестр)	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

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

ГЦОЛИФК

Институт спорта и физического воспитания

Кафедра теории и методики компьютерного спорта и прикладных компьютерных технологий

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«ФТД.06 Цифровая трансформация спорта»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023

Москва – 2020 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет *1* зачетную единицу.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 1,3 потоки -6 семестр, заочная форма обучения- 6 семестр.

3. Цель освоения дисциплины. Целью освоения дисциплины ФТД.06 ”Цифровая трансформация спорта” является освоение технологий цифровизации отрасли физическая культура и спорт, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
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**	6	6	6	6
УК-2.1	Знает алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения	6	6	6	6

5. Краткое содержание дисциплины:

Очная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**	**Форма промежуточной аттестации** ***(по семестрам)***

		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	**Занятия лекционного типа**	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»	6	6	6	2	4	4		
2	Цифровые технологии в практике спорта	6	6	6	2	4	6		
3	Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»	6	6	6	2	4	8		
	Итого часов: 36				**6**	**12**	**18**		**Зачет**

Заочная форма обучения

№	**Раздел дисциплины**	**Семестр**	**Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)**				**Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)***
			Занятия лекционного типа	**Занятия семинарского типа**	**Самостоятельная работа**	**Контроль**	
1	Нормативно-правовые основы цифровой трансформации отрасли «Физическая культура и спорт»	**6**	**2**	**-**	**10**		
2	Цифровые технологии в практике спорта	**6**	**-**	**-**	**10**		
3	Единая цифровая платформа ГИС «Физическая культура и спорт»	**6**	**-**	**2**	**12**		
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

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

ГЦОЛИФК

Институт Гуманитарный
Кафедра иностранных языков и лингвистики

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФТД.07 Иностранный язык в научной сфере»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры иностранных языков
_____и лингвистики_____
(наименование)
Протокол № 4__ от «_22_» _сентября_2020_ г.

Составитель:
Комова Елена Викторовна, к.п.н, доцент_кафедры иностранных языков и лингвистики
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) **Иностранный язык в научной сфере** является формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

.

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

Дисциплина является **Иностранный язык в научной сфере** общеобразовательной дисциплиной и продолжает курс иностранного языка на основе знаний, полученных в результате изучения дисциплины «Иностранный язык». Программа отражает современные тенденции и требования к обучению практическому владению иностранными языками в профессиональной сфере. В ней сформированы конкретные задачи обучения, структура курса и промежуточные цели, а также указывается тематика и характер языкового материала и типы упражнений, рекомендуемых для освоения различных видов речевой деятельности на разных этапах учебного процесса, в программу включены требования к текущему и итоговому контролю.

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

компетенции / код индикатора (ов) достижения	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Этап формирования компетенции (номер семестра)

	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения
1	2	3
УК 4	***Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах***	
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации	*7*
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	*8*

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Наука и спорт**	**7**		**12**	**10**		
2.	**Научная терминология на иностранном языке**	**7**		**12**	**20**		
3.	**Тезисы, аннотация, обзор**	**7**		**10**	**10**		
				32	**40**		**зачет**
4.	**Инновационные спортивные технологии**	**8**		**15**	**20**		
5.	**Подготовка научных тезисов по теме дипломной работы на английском языке**	**8**		**17**	**20**		
							зачет
Итого часов: 144ч				**64**	**80**		

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

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю).
После изучения темы семестра проводятся лексико-грамматические задания по изученному материалу.
1) Собеседование по следующим темам:

Наука и спорт
Научная терминология на иностранном языке
Тезисы, аннотация, обзор
Инновационные спортивные технологии
Подготовка научных тезисов по теме дипломной работы на английском языке

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

а) Основная литература:

1.Fitness For Dummies, 3-d Edition, 2005, USA

2.Soccer For Dummies, 2004, USA

3.Basketball For Dummies, 2005, USA

4.Hockey For Dummies, 2005, USA

5.Видеокурс “The Olympic Series” Golden Moments, метод.пособие КомоваЕ.В., Кашлева Е.О., Ходырева И.Н., 2008

6. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С.Боянус. – М.: Локид-Пресс, Минск, Соврем. слово, 2005 – 687с.

7. Аракин В.Д. Англо-русский словарь: Ок.40000 сл. и 60000 словосочетаний. – 17е изд., стер. – М.: Руск.яз., 2002-590 с.

8. Минаева Л.В. Англо-русский словарь: ок.25000 сл и 70000

словосочетаний – 7е изд., испр. – М.:Русс. Яз.Медиа, 2004- 633с.

б). Дополнительная:

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

в). Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:
bbc.co.uk news, BBC Learning English, elllo.org-English Listening

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

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

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

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.
– Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

– Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.
– Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.
– Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.
–Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.
–«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.
–Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

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

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «ФТД.07 Иностранный язык в научной сфере»
для обучающихся института спорта и физического воспитания _4 курса, направления подготовки направления подготовки 49.03.04 Спорт

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахмат Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «голь Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуаль игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подгото по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культу и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатло Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборств Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в кара Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквон Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетическ видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по вид спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культу и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробик «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «лег атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физичес культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спор «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подгото по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта[1] **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культу и спорта **(очная форма обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Иностранных языков и лингвистики_
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7,8 семестр (ы) очная форма обучения
Форма промежуточной аттестации: **зачет/зачет**

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)[1]	Максимальное кол-во баллов
1.	**Выступление по теме «Наука и спорт»**	*4 неделя*	*5*
2.	**Выступление по теме «Научная терминология на иностранном языке»**	*6 неделя*	*5*
3.	**Выступление по теме «Тезисы, аннотация, обзор»**	*10 неделя*	*5*
4.		*14 неделя*	*5*
5.	**Выступление по теме «Инновационные спортивные технологии»**	*24 неделя*	*5*
6.	**Подготовка научных тезисов по теме дипломной работы на английском языке**	*29 неделя*	*5*
7.	*Лексико-грамматический тест №1,2 по модулям 3,4*	*8 и 30 неделя*	*20*
8.	*Домашнее чтение*	*5,12,32 неделя*	*10*
9.	*Посещение занятий*	*В течение семестра*	*20*
10	***Зачет***		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
	Выступление по теме «Наука и спорт»	*5*
	Выступление по теме «Научная терминология на иностранном языке»	*5*
	Выступление по теме «Тезисы, аннотация, обзор»	*5*
	Выступление по теме «Инновационные спортивные технологии»	*5*
	Подготовка научных тезисов по теме дипломной работы на английском языке	*20*

[1] Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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

Институт Гуманитарный
Кафедра иностранных языков и лингвистики

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
«ФТД.07 Иностранный язык в научной сфере»

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

ортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивн
по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам
дбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду
ахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф».
ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта.
ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт».
ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая
ь в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области
культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры
ртивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;
одготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор
подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в карат
я деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в облас
культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической
спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области
ультуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры
ивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в облас
ультуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическа
ь в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте».
кая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитне
. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт».
ская деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ»
лалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный
днолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта
тика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжног
огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжног
дагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на
дагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт
«кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавани
гическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт».
еская деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая
ть в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в
области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**
подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**
ортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024

Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической ры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области ической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». гическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта ты». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная ка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры ; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области кой культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в сти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая ельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области еской культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. агогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. огическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в лоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в ти физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая ность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

к: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта ивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической уры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». ическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта тивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и та; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области кой культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и та; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области ской культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая ность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая льность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». гическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка у спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; ная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) :

Очная форма обучения составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часа.

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

7,8 семестры очное отделение

3.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) **Иностранный язык в научной сфере** является формирование коммуникативной компетенции, в том числе переводческой, необходимой для извлечения информации из текста на одном языке и передачи ее путем создания текста на другом языке для квалифицированной информационной и творческой деятельности в ситуациях делового партнерства и совместной научной работы, а также в дальнейшем самообразовании.

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

Дисциплина является **Иностранный язык в научной сфере** общеобразовательной дисциплиной и продолжает курс иностранного языка на основе знаний, полученных в результате изучения дисциплины «Иностранный язык». Программа отражает современные тенденции и требования к обучению практическому владению иностранными языками в профессиональной сфере. В ней сформированы конкретные задачи обучения, структура курса и промежуточные цели, а также указывается тематика и характер языкового материала и типы упражнений, рекомендуемых для освоения различных видов речевой деятельности на разных этапах учебного процесса, в программу включены требования к текущему и итоговому контролю.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения**
1	**2**	**3**
УК 4	***Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах***	
УК-4.1.	Знает систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы	*7*

	деловой коммуникации	
УК-4.2.	Умеет логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	*8*

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

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

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1.	**Наука и спорт**	**7**		**12**	**10**		
2.	**Научная терминология на иностранном языке**	**7**		**12**	**20**		
3.	**Тезисы, аннотация, обзор**	**7**		**10**	**10**		
				32	**40**		**зачет**
4.	**Инновационные спортивные технологии**	**8**		**15**	**20**		
5.	**Подготовка научных тезисов по теме дипломной работы на английском языке**	**8**		**17**	**20**		
							зачет
Итого часов: 144ч				**64**	**80**		

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

ГЦОЛИФК

Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра спортивной медицины

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ФТД.08 Основы спортивной нутрициологии»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта;Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат*.
Год набора 2021, 2023, 2024
Москва – 2020 г.

[1] *далее считать следующее распределение профилей по потокам*:

1 поток: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

2 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

3 поток: Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры спортивной медицины
Протокол № 3 от «18» сентября 2020 г.

Составитель:
Мирошников А.Б. к.б.н., доцент кафедры спортивной медицины РГУФКСМиТ

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

1.Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины ФТД.08 Основы спортивной нутрициологии является: обучить бакалавров современным представлениям о основах спортивной нутрициологии, закономерностях питания спортсмена для повышения работоспособности; методам рационального питания для, роста силы и мышечной массы, а также, внедрению персональной структуры питания для построения индивидуального тренировочного процесса спортсмена.

2.Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина ФТД.08 Основы спортивной нутрициологии по направлению 49.03.04 Спорт относится к части ФТД. Факультативы учебного плана, изучается в 8 семестре. К исходным требованиям, необходимым для изучения дисциплины «Основы спортивной нутрициологии», относятся знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения дисциплин: Основы антидопингового обеспечения, Основы медицинских знаний и спортивная медицина, Спортивная биоэнергетика, Физиология человека, Биохимия человека, Спортивная физиология. Итогом освоения данной дисциплины является знания, умения, навыки, необходимые при сдаче ГИА.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-13	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей	*8*	*8*	*8*	*8*

	культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.				
	ОПК-13.1. Знает особенности педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта; основы формирования общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	*8*	*8*	*8*	*8*

4.Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1 **зачетная единица**, **36 академических часов**.

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие принципы спортивной нутрициологии.	**8**	**8**	**8**	**2**				
2	Общие положения по применению макронутриентов при физических нагрузках.	**8**	**8**	**8**	**2**	**4**	**2**		
3	Общие положения по применению микронутриентов при физических нагрузках.	**8**	**8**	**8**		**6**	**5**		
4	Энергетический метаболизм спортсмена.	**8**	**8**	**8**	**2**	**8**	**5**		
	Итого часов: 36				**6**	**18**	**12**		**Зачет**

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие принципы спортивной нутрициологии.	**8**	**2**			**2**	
2	Общие положения по применению макронутриентов при физических нагрузках.	8		**2**		**10**	
3	Общие положения по применению микронутриентов при физических нагрузках.	**8**				**10**	
4	Энергетический метаболизм спортсмена.	**8**				**10**	
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине.

Темы докладов и рефератов:

1. Историческая ретроспектива применения прогностических уравнений для расчетов основного обмена веществ.
2. Прогностические уравнения, применяемые для расчетов основного обмена веществ.
3. Система Этуотера. Историческая ретроспектива рождения калории и калориметра.
4. Пищевые классификации углеводов.
5. Пищевые потребности в белке человека.
6. Белок и спортсмен.
7. Роль жиров в метаболизме человека.
8. Роль витаминов в метаболизме человека.
9. Роль минералов в метаболизме человека.

10. Водно-электролитный баланс и его регуляция при физических нагрузках.

Примерный перечень вопросов для самостоятельного изучения.

1.Растительный и животный белок.
2.Белки и физическая нагрузка.
3.Углеводы и физическая нагрузка.
4.Жиры и физическая нагрузка.
5.Витамины и минералы для физически активных лиц.
6. Вода и физическая нагрузка.

Вопросы к зачету:

1.Основной обмен веществ.
2.Преимущества и недостатки методов оценки расхода энергии.
3. Основные прогностические уравнения для расчета обмена веществ человека.
4. Шесть классов питательных веществ и их роль в метаболизме человека.
5. Пищевые классификации углеводов и их роль в жизни человека.
6. Пищевое волокно. Классификации и польза для здоровья человека.
7. Белок. Пищевые потребности в белке человека.
8. Жиры. Пищевые потребности в жирах человека.
9. Полиненасыщенные жирные кислоты.
10. Роль насыщенных жирных кислот в метаболизме человека.
11. Роль водорастворимых витаминов в метаболизме человека.
12. Роль жирорастворимых витаминов в метаболизме человека.
13. Витамин D и его роль в здоровье человека.
14. Витамин С и его роль в здоровье человека.
15. Роль минералов в метаболизме человека.
16. Роль воды в метаболизме человека.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины.

а) Основная литература:

1. Дмитриев А.В., Гунина Л.М. Основы спортивной нутрициологии. СПб: Издательство ООО «РА «Русский Ювелир», 2018. - 559 с.: ил;
2.Смоленский А.В., Полиевский С.А., Тарасов А.В., Беличенко О.И., Золичева С.Ю., Григорьева О.В., Мирошников А.Б., Михайлова А.В. Фармакология спорта и спортивное питание. Курс лекций для студентов РГУФКСМиТ обучающихся по направлению 49.03.01 "Физическая культура" / Москва, 2018. - 288 с

б) Дополнительная литература:

1. Мирошников А.Б., Форменов А.Д., Смоленский А.В. Современное представление о гидратах углерода: интегративный обзор. Вестник новых медицинских технологий. Электронное издание. 2021. № 1. С. 134-144.

2.Кристин А. Розенблюм. Питание спортсменов. Руководство для профессиональной работы с физически подготовленными людьми. Издательство НУФВСУ «Олимпийская Литература», 2005. - 535 с.: ил;

3. Диетология: Руководство. 3-е изд./ Под ред. А. Ю. Барановского - СПб: Питер, 2008. - 1024 с.

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

1. http://www.edu.ru/ – «Российское образование» – федеральный портал.
2. http://минобрнауки.рф/ – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. http://minstm.gov.ru/ – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

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

–программное обеспечение дисциплины:

1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15

1)Windows Professional, x64 Ed.;
2)Microsoft Office 2016;
3)Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
4)Acrobat Reader DC.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

–Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования http://fgosvo.ru/.

–Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации http://fgosreestr.ru/.

–Реестр профстандартов Минтруда РФ http://profstandart.rosmintrud.ru/.

–Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru/.

–Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия http://www.garant.ru/.

–Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru.

–«Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

–Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ www.rsl.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

Освоение дисциплины «Основы спортивной нутрициологии» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

2. Учебной аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине ФТД.08 Основы спортивной нутрициологии для обучающихся института спорта и физического воспитания __4__ курса, направления подготовки **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регб Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спо «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксин Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетик Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спо «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдар и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортив подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в облас физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогичес деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спор Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельност области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-тре «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по ви спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спор Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культур спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физическ культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная фор обучения)**

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ____Спортивной медицины__.

Сроки изучения дисциплины: __8_ семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)	Максимальное кол-во баллов
1	*Посещение занятий*		*10*
2	*Выступление на семинаре «Общие положения по применению макронутриентов при физических нагрузках»*	*22*	*10*
3	*Выступление на семинаре «Общие положения по применению микронутриентов при физических нагрузках»*	*23*	*10*
4	*Выступление на семинаре «Энергетический метаболизм спортсмена»*	*24*	*10*
5	*Написание реферата №1 по теме выбранной теме*	*25*	*15*
6	*Написание реферата №2 по теме выбранной теме*	*26*	*15*
7	*Презентация по выбранной теме*	*27*	*10*
	Зачет		***20***
	ИТОГО		**100 баллов**

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	*Наличие конспекта лекции и занятий*	*5*
2	*Рукописная работа по теме пропущенного семинара*	*10*
3	*Написание реферата по пропущенной теме*	*10*
4	*Написание доклада по пропущенной теме*	*5*
5	*Презентация по выбранной теме*	*10*

III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

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

Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра спортивной медицины

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«ФТД.08_Основы спортивной нутрициологии»

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.04 Спорт**

Профили: Спортивная подготовка по виду спорта «баскетбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «волейбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гандбол», «бейсбол», «регби». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «шахматы». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гольф». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «компьютерный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «теннис». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «хоккей». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «футбол». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «бокс», «кикбоксинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «велосипедный спорт», «триатлон». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в единоборствах. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в каратэ. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тхэквондо. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «фехтование», «современное пятиборье». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «художественная гимнастика», «эстетическая гимнастика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная гимнастика», «воздушно-силовая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная акробатика», «прыжки на батуте». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «спортивная аэробика», «фитнес аэробика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «гребной спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «гребля на байдарках и каноэ», «гребной слалом». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «парусный спорт», «воднолыжный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «легкая атлетика». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в циклических видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка в сложнокоординационных видах лыжного спорта. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «фигурное катание на коньках». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по видам спорта «конькобежный спорт», «шорт-трек», «кёрлинг». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «плавание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «танцевальный спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «чир спорт». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта; Спортивная подготовка по виду спорта «скалолазание». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта[1] **(очная и заочная формы обучения)**

Спортивная подготовка по виду спорта «прыжки в воду». Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта **(очная форма обучения)**

Спортивная подготовка. Педагогическая деятельность в области физической культуры и спорта (**заочная форма обучения)**

Уровень образования: *бакалавриат.*

Год набора 2021, 2023, 2024

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет *1* зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: *[8]*.

3.Цель освоения дисциплины: Цель освоения дисциплины ФТД.08 Основы спортивной нутрициологии является: обучить бакалавров современным представлениям о основах спортивной нутрициологии, закономерностях питания спортсмена для повышения работоспособности; методам рационального питания для, роста силы и мышечной массы, а также, внедрению персональной структуры питания для построения индивидуального тренировочного процесса спортсмена.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**	**Этап формирования компетенции (номер семестра)**			
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	**Очная форма обучения** *(1 поток)*	**Очная форма обучения** *(2 поток)*	**Очная форма обучения** *(3 поток)*	**Заочная форма обучения**
1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
ОПК-13	Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.	*8*	*8*	*8*	*8*
	ОПК-13.1. Знает особенности педагогического, психологического и медико-биологического контроля в процессе спортивной подготовки в избранном виде спорта; алгоритмы подготовки рекомендаций по коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта; основы формирования общей культуры,	*8*	*8*	*8*	*8*

	воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом.				

5.Краткое содержание дисциплины:

очная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр			Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
		1 поток	*2 поток*	*3 поток*	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие принципы спортивной нутрициологии.	**8**	**8**	**8**	**2**				
2	Общие положения по применению макронутриентов при физических нагрузках.	**8**	**8**	**8**	**2**	**4**	**2**		
3	Общие положения по применению микронутриентов при физических нагрузках.	**8**	**8**	**8**		**6**	**5**		
4	Энергетический метаболизм спортсмена.	**8**	**8**	**8**	**2**	**8**	**5**		
	Итого часов: 36				**6**	**18**	**12**		**Зачет**

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации *(по семестрам)*
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие принципы спортивной	**8**	**2**			**2**	

	нутрициологии.						
2	Общие положения по применению макронутриентов при физических нагрузках.	8		**2**		**10**	
3	Общие положения по применению микронутриентов при физических нагрузках.	**8**				**10**	
4	Энергетический метаболизм спортсмена.	**8**				**10**	
Итого часов: 36			**2**	**2**	**32**		**Зачет**