

	деятельность. Основные термины и определения						
2	Развитие конгрессно- выставочной деятельности в России		2	4	14		
3	Поставщики услуг при организации конгрессно- выставочной деятельности.		4	6	14		
4	Технологии организации конгрессно- выставочной деятельности		4	6	14		
5	Опыт развития конгрессно- выставочной деятельности за рубежом		2	4	14		
Итого часов: 108			14	24	70		дифф.зачёт

заочная форма обучения

№	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма промежуточной аттестации (<i>по семестрам</i>)
			Занятия лекционног о типа	Занятия семинарско го типа	Самостояте льная работа	Контроль	
1	Введение в конгрессно- выставочную деятельность. Основные термины и определения	10	2		18		
2	Развитие конгрессно-			2	20		

	выставочной деятельности в России						
3	Поставщики услуг при организации конгрессно-выставочной деятельности.		2	20			
4	Технологии организации конгрессно-выставочной деятельности		2	20			
5	Опыт развития конгрессно-выставочной деятельности за рубежом		2	20			
Итого часов: 108			4	6	98		дифф.зачёт

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 (Приложения к рабочей программе дисциплины).

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

Перечень примерных контрольных вопросов к дифференцированному зачёту

1. Конгрессно-выставочная деятельность: понятие и виды.
2. Необходимость развития конгрессно-выставочной деятельности в туризме и гостеприимстве
3. Специфика конгрессно-выставочной деятельности в туризме и гостеприимстве
4. Основные термины и определения конгрессно-выставочной деятельности
5. История развития конгрессно-выставочной деятельности
6. Субъекты конгрессно-выставочной деятельности
7. Стандартизация объектов конгрессно-выставочной деятельности

8. Состояние конгрессно-выставочной деятельности в России.
9. Участие предприятий туристско-гостиничной индустрии в конгрессно-выставочной деятельности.
10. Проблемы и тенденции развития конгрессно-выставочной деятельности в России
11. Опыт развития конгрессно-выставочной деятельности в странах Европы.
12. Развитие конгрессно-выставочной деятельности в странах Азии
13. Развитие конгрессно-выставочной деятельности в США
14. Инсентив туризм: понятие и виды.
15. Обеспечение безопасности на мероприятиях конгрессно-выставочной деятельности.
16. Развитие инфраструктуры конгрессно-выставочной деятельности в России.

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

а) Нормативно-правовые акты:

1. Федеральный закон от 24 ноября 1996 г. №132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» (в ред. от 02.07.2021 № 343-ФЗ) [Электронный ресурс]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/9032907> (дата обращения: 11.09.2021).
2. Постановление Правительства РФ от 18.11.2020 N 1852 "Об утверждении Правил оказания услуг по реализации туристского продукта" (в ред. от 06.09.2021 г.) [Электронный ресурс]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/566351102> (дата обращения: 11.09.2021).
3. ГОСТ Р 50681-2010 Туристские услуги. Проектирование туристских услуг [Электронный ресурс]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200083215> (дата обращения: 12.09.2021).

б) Основная литература:

1. Быстров С.А. Организация туристской деятельности (управление турфирмой) : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлениям подгот. 43.03.02, 38.03.02 : квалификация (степ.) "бакалавр" / С.А. Быстров. - Москва: Форум: [ИНФРА-М], 2017. - 398 с.
2. Пяткова, С.Г. Организация туристской деятельности [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Сургутский гос. пед. ун-т, С.Г. Пяткова. - Сургут : РИО СурГПУ, 2015. - 99 с. - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/342265>

в) Дополнительная литература:

1. Воскресенский В.Ю. Международный туризм : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 230500 "Соц.-культур. сервис и туризм", 012500 "География", 061100 "Менеджмент орг.", 060800 "Экономика и упр. на предприятии (по отраслям)" : рек. УМЦ "Проф. учеб." / В.Ю. Воскресенский. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Юнити, 2016. - 462 с.
2. Ильина, Е.Н. Туроперейтинг: организация деятельности [Электронный ресурс] / Е.Н. Ильина. - учебник; 2-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательство "Финансы и статистика", 2008. - 242 с. - ISBN 978-5-279-03247-1 (Финансы и статистика). - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/49254>
3. Современный туризм: актуальные проблемы и перспективы : коллективная монография / С.В. Дусенко [и др.] ; под общ. ред. С.В. Дусенко. – М. : РГУФКСМиТ, 2017. – 236 с.

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

1. <http://www.rostourunion.ru/> - Российский союз туриндустрии.
2. <http://www.russiatourism.ru> - Федеральное агентство по туризму (Ростуризм).
3. <http://tourlib.net/> - Все о туризме: туристическая библиотека.
4. <http://ratanews.ru/> - Ежедневная электронная газета Российского союза туриндустрии.

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

–программное обеспечение дисциплины:

- 1.Операционная система – Microsoft Windows.
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
- 3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- 4.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 «Рукопт» 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 «Конгрессно-выставочная деятельность в туризме и гостеприимстве» для обучающихся института Туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, 4 курса очной и 5 курса заочной формы обучения, направления подготовки 43.03.02 «Туризм», направленности (профилю) Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: туризма и гостиничного дела.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр (очно), 10 семестр (заочно).

Форма промежуточной аттестации: *дифф.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 практическом занятии по теме № 1 «Введение в конгрессно-выставочную деятельность. Основные термины и определения»	25 неделя	5
2	Выступление на практическом занятии по теме № 2 «Развитие конгрессно-выставочной деятельности в России»	27 неделя	5
3	Выступление на практическом занятии по теме № 3 «Поставщики услуг при организации конгрессно-выставочной деятельности»	29 неделя	5
4	Выступление на практическом занятии по теме № 4 «Технологии организации конгрессно-выставочной деятельности»	31 неделя	5
5	Выступление на практическом занятии по теме № 5 «Опыт развития конгрессно-выставочной деятельности за рубежом»	33 неделя	5
6	Написание реферата по темам № 1-5	34 неделя	20
7	Презентация по темам № 1-5	35 неделя	10
8	Презентация по темам № 1-5	36 неделя	10
9	Эссе по темам № 1-5	37 неделя	15
10	<i>Дифф.зачёт</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по темам № 1-5</i>	10
2	<i>Подготовка доклада по разделам № 1-5, пропущенным студентом</i>	5
3	<i>Презентация по разделам № 1-5</i>	10
4	<i>Эссе по темам № 1-5</i>	10
5	<i>Выполнение практического задания по темам № 1-5</i>	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 (модулям), завершающихся 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

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 Туризма и гостиничного дела

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.01.02 «Конгрессно-выставочная деятельность в туризме и
гостеприимстве»**

Направление подготовки: 43.03.02 Туризм

Профиль: Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы.

2. Семестр освоения дисциплины: 8 семестр (очная форма обучения), 10 семестр (заочная форма обучения).

3. Цель освоения дисциплины: Целью освоения дисциплины «Конгрессно-выставочная деятельность в туризме и гостеприимстве» является: формирование компетенций, характеризующих этапы освоения образовательной программы путём усвоения обучающимися основ конгрессно-выставочной деятельности для осуществления профессиональной деятельности в сфере туризма и гостеприимства по направлению подготовки 43.03.02 Туризм, профилю «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг».

Обучение ведется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр 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	4
ПК-1	<i>Способен разрабатывать и применять технологии обслуживания туристов с использованием технологических и информационно-коммуникативных технологий</i>	8	10
ПК-1.1.	<i>Знать:</i> - особенности формирования туристского продукта, в т.ч. на основе современных информационно-коммуникативных технологий, а также с учетом индивидуальных и специальных требований туриста	8	10
ПК-1.2.	<i>Уметь:</i> - организовать продажу туристского продукта и отдельных туристских услуг	8	10
ПК-1.3	<i>Владеть:</i> - навыками ведения переговоров с партнерами, согласования условий взаимодействия по реализации туристских продуктов	8	10

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)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Введение в конгрессно-выставочную деятельность. Основные термины и определения	8	2	4	14		
2	Развитие конгрессно-выставочной деятельности в России		2	4	14		
3	Поставщики услуг при организации конгрессно-выставочной деятельности.		4	6	14		
4	Технологии организации конгрессно-выставочной деятельности		4	6	14		
5	Опыт развития конгрессно-выставочной деятельности за рубежом		2	4	14		
Итого часов: 108			14	24	70		дифф.зачёт

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 конгрессно-выставочную деятельность. Основные термины и определения	10	2		18		
2	Развитие конгрессно-выставочной деятельности в России			2	20		
3	Поставщики услуг при организации конгрессно-выставочной деятельности.			2	20		
4	Технологии организации конгрессно-выставочной деятельности		2		20		
5	Опыт развития конгрессно-выставочной деятельности за рубежом			2	20		
Итого часов: 108			4	6	98		дифф.зачёт

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 (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.02.01 ГИМНАСТИКА»

Направления подготовки/специальности: **43.03.03 Гостиничное дело**
43.03.02 Туризм

Направленности (профили):

Гостиничная деятельность;

Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры теории и методики гимнастики
Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры теории и методики гимнастики

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры теории и методики гимнастики

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры теории и методики гимнастики

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Михалина Г.М., к.п.н., доцент, доцент кафедры ТиМ гимнастики ФГБОУ ВО
РГУФКСМиТ.

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «ГИМНАСТИКА» 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «Б1.В.ДВ.02.01 ГИМНАСТИКА», 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 (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	3	4
УК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами гимнастики.		
УК-7.1.	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	1	
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;		
УК-7.3.	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;		
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;		
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.		

УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;		
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;		
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.		
УК-7.9.	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;		
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1,5** зачетные единицы.

Очная форма обучения

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гимнастическая терминология	I		2	4		
2	Строевые упражнения	I		2	4		
3	Разновидности передвижений	I		2	4		
4	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		2	4		
5	Вольные упражнения	I		2	4		
6	Акробатические упражнения	I		2	2		
7	Гимнастические и опорные	I		2			

	прыжки						
8	Упражнения общей и специальной физической подготовки	I		2	4		
9	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		4	2		
10	Средства гимнастики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	I			4		
				20	34		Зачет
Итого часов:				54			

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).

Примерные темы рефератов

1. Гимнастика как средство оздоровления и рекреации населения.
2. Спортивные виды гимнастики.
3. Оздоровительные виды гимнастики и их разновидности.
4. История создания и основы терминологии гимнастических упражнений.
5. История развития гимнастики в России с начала XX века и до настоящего времени.
6. Методические особенности гимнастических упражнений.
7. Упражнения видов мужского гимнастического многоборья.
8. Упражнения видов женского гимнастического многоборья.
9. Основы методики обучения гимнастическим упражнениям.
10. Обеспечение безопасности на занятиях гимнастикой.

11.Педагогическая технология составления комплексов общеразвивающих упражнений.

12.Формирование осанки, профилактика плоскостопия и укрепление сводов стопы с помощью гимнастических 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.Особенности занятий гимнастикой с детьми дошкольного возраста.

18.Особенности занятий гимнастикой с детьми младшего и среднего школьного возраста.

19.Особенности занятий гимнастикой с подростками старшего школьного возраста.

20.Методика составления и содержание индивидуального комплекса утренней гигиенической гимнастики.

21.Оказание первой помощи пострадавшим в ЧС и экстремальных ситуациях.

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

Вопросы для тестирования знаний по теоретическим основам гимнастики

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.
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. Приемы и способы страховки и самостраховки, используемые при выполнении гимнастических упражнений.
18. Перечислите и охарактеризуйте нормы и правила безопасного проведения занятий физическими упражнениями.
19. Назовите упражнения, направленные на формирование правильной осанки и использующиеся в занятиях гимнастикой.

20. Назовите упражнения, направленные на укрепление сводов стопы и профилактику плоскостопия и используемые в занятиях гимнастикой.

21. Перечислите виды упражнений для развития двигательных координационных способностей занимающихся, используемые в занятиях гимнастикой.

22. Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку вперед.

23. Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку назад.

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

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

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

27. Опишите технику и раскройте методику обучения прыжку согнув ноги через гимнастического козла.

28. Опишите технику и раскройте методику обучения прыжку ноги врозь через гимнастического козла.

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

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

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

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

33. Упражнения, используемые для развития общей гибкости на занятиях гимнастикой.

34. Гимнастические упражнения и двигательные задания, используемые для развития двигательных координационных способностей.

35. Упражнения, используемые для развития общей выносливости на занятиях гимнастикой.

36. 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 (модуля).

а) Основная литература:

1. Гимнастика: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности "Физ. культура" : рек. УМО по специальностям пед. образования / под ред. М.Л. Журавина, Н.К. Меньшикова. - 7-е изд., стер. - Москва: Academia, 2010. - 445 с.: ил. - (Высшее профессиональное образование. Педагогические специальности). - ISBN [978-5-7695-7628-7](#)

2. 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>

2. Лекции по гимнастике для студентов дневного и заочного отделения РГУФКСМиТ/ А.Б. Лагутин, Ю.К. Гавердовский, – М.: Физическая культура, 2011.

3. Лагутин А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050720.65 «Физ.культура и спорт», 032102 – «Физ.культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адапт. физ. культура): рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. – М.: Физ.культура, 2010. – 128с.: ил.

4. Попов, Ю.А. Прыжки на акробатической дорожке и батуте: учеб. пособие / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2015. - 131 с.

5. Решетин, А. А. Техника упражнений с фазой полета в спортивной акробатике [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / Самар. гос. аэрокосм. ун-т им. акад. С. П. Королева (нац. исслед. ун-т), А. А. Решетин.— Самара: Изд-во СГАУ,

2012.— 45 с.: ил. — Электрон. текстовые дан. (1 файл : 556 Кбайт).— ISBN 978-5-7883-0866-1.— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/230172>

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. Попов, Ю.А. Обучение базовым акробатическим прыжкам: метод. рекомендации / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2010. - 37 с.

3. Попов, Ю.А. Прыжки на батуте: начал. обучение : метод. рекомендации / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2010. - 35 с.

4. Брыкин А.Т. Гимнастическая терминология / Брыкин А.Т. – 2-е изд., перераб. и испр. – М.: ФиС, 1969. – 188 с.: ил.

5. Земсков Е.А. Материально-техническое обеспечение занятий гимнастикой: метод. разработ. ГЦОЛИФК. – М., 1991. – 52 с.

6. Лагутин А.Б. Командная гимнастика в школе: метод.пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ.культуры и спорта / А.Б. Лагутин. – М.: Физ. культура, 2008. – 142 с.:ил.

7. Лагутин, А.Б. Командная гимнастика в школе [Электронный ресурс]: метод. пособие / А.Б. Лагутин .— М. : Физическая культура, 2008 .— 144 с.: ил. — ISBN 978-5-9746-0113-2.— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/286716>

8. Лагутин А.Б., Михалина Г.М., Чесноков Н.Н. Гимнастика на Всероссийских олимпиадах школьников по физической культуре, М.: Издательство «Физическая культура», 2010. – 64 с.

9. Маслов Б.В. Гимнастика. Самостоятельная работа студентов: метод. разработ. для студентов 1 курса ГЦОЛИФКа, не спец. по гимнастике / Маслов Б.В.; ГЦОЛИФК. – М., 1993. – 62 с.: ил.

10. Семенов Л.П. Подготовительная часть урока гимнастики (игровые задания для активизации внимания и повышения эмоционального состояния

занимающихся): метод. пособие для студентов и слушателей ФПК РГАФК / Семенов Л.П.; РГАФК/ Семенов Л.П.; РГАФК. – М., 1995. – 33 с.

11. Менхин, А.В. Рекреативно-оздоровительная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.В. Менхин .- М.: Физическая культура, 2007. - 160 с. - ISBN 978-5-9746-0089-0. - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/286735>

12. 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.
2. www.sportgymrus.ru/ - сайт федерации спортивной гимнастики России.
3. www.acrobatica-russia.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики России.
4. www.acrobatica-moscow.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики Москвы.
5. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
6. <http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
7. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.
8. www.cpm.dogm.mos.ru/ – сайт ГАОУ ДПО Центр педагогического мастерства г.Москвы.
9. www.vos.olimpiada.ru/ - сайт Всероссийской олимпиады школьников в г.Москве.

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 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat 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. 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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

- стандартные гимнастические снаряды: гимнастический ковер, перекладина, брусья параллельные и разновысокие, гимнастическое бревно; гимнастический козел;
- 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;
- мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в

сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия);

- 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.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «ГИМНАСТИКА»

для обучающихся Гуманитарного института I курса

направления подготовки

43.03.03 Гостиничное дело и 43.03.02 Туризм

Направленности (профили):

Гостиничная деятельность;

Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): I 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	Тест по теме: «Гимнастическая терминология»	4 неделя	10
2	Выполнение практического задания по разделу: «Вольные упражнения»	5 неделя	10
3	Выполнение практического задания по разделу: «Строевые упражнения»	3 неделя	10
4	Выполнение практического задания по разделу: «Педагогическая технология составления и проведения комплексов упражнений образовательно-развивающей и гигиенической направленности».	7-10 недели	10
5	Выполнение практического задания по разделу: «Акробатические упражнения»	8 неделя	10
6	Выполнение практического задания по разделу: «Опорные прыжки»	6 неделя	10

7	Написание реферата по теме: «Средства гимнастики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности»	в течение семестра	10
8	Тестирование уровня физической подготовленности студентов (начальное и итоговое)	1 и 9 недели	10
9	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 гимнастическим упражнениям»	15
2	Дополнительное тестирование по теме/модулю (Гимнастическая терминология)	15
3	Написание реферата по теме «Упражнения на видах мужского гимнастического многоборья»	15
4	Написание реферата по теме Упражнения на видах женского гимнастического многоборья	15
5	Написание развернутого конспекта по теме: Проведение урока гимнастики в общеобразовательной школе	20

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.

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

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	Не зачтено		Зачтено			

выражение оценки						
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 гимнастики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.ДВ.02.01 ГИМНАСТИКА»

Направления подготовки/специальности: **43.03.03 Гостиничное дело**
43.03.02 Туризм

Направленности (профили):
Гостиничная деятельность;
Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1,5 зачетные единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): I семестр

3.Цель освоения дисциплины (модуля): 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.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

4.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	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами гимнастики.	I	

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)	Форма аттестации

			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Гимнастическая терминология	I		2	4		
2	Строевые упражнения	I		2	4		
3	Разновидности передвижений	I		2	4		
4	Комплексы общеразвивающих упражнений (ОРУ)	I		2	4		
5	Вольные упражнения	I		2	4		
6	Акробатические упражнения	I		2	2		
7	Гимнастические и опорные прыжки	I		2			
8	Упражнения общей и специальной физической подготовки	I		2	4		
9	Тестирование уровня физ.подготовленности студентов (начальное и итоговое)	I		4	2		
10	Средства гимнастики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	I			4		
				20	34		Зачет
Итого часов:				54			

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 (МОДУЛЯ)

«Б1.В.ДВ.02.02 АКРОБАТИКА»

Направление подготовки/специальности:

43.03.03 Гостиничное дело

43.03.02 Туризм

Направленности (профили):

Гостиничная деятельность

Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № 01 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики гимнастики
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:
Михалина Г.М., к.п.н., доцент кафедры ТиМ гимнастики ФГБОУ ВО
РГУФКСМиТ.

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «АКРОБАТИКА» является: формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств акробатики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «Б1.В.ДВ.02.02 АКРОБАТИКА», 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 (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	3	4
УК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами акробатики.		
УК-7.1.	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;	1	
УК-7.2.			
УК-7.3.			
УК-7.4.			

УК-7.5.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;		
УК-7.6.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.		
УК-7.7.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;		
УК-7.8.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;		
УК-7.9.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.		
УК-7.10.	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;		
	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.		

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1,5** зачетные единицы.

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Акробатика в системе физического воспитания. Средства акробатики и методика их использования.	I		2	4		
2	Разновидности передвижений с функционально-развивающей доминантой.	I		2	4		
3	ОРУ с двигательной-координационной доминантой	I		2	4		

4	Упражнения в балансировании с соупражняющимися.	I		2	4		
5	Прыжковые акробатические упражнения.	I		2	2		
6	Прыжки безопорные, на батуте и с минитрамплина	I		2	4		
7	Акробатика в программах по физическому воспитанию.	I		2	4		
8	Учебно-тренировочное занятие по акробатике.	I		4	4		
9	Средства акробатики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	I			4		
				20	34		Зачет
Итого часов:					54		

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).

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация по итогам освоения дисциплины проводится по следующим темам учебной программы: «Упражнения в балансировании с соупражняющимися», «Прыжковые акробатические упражнения», «Прыжки безопорные, на батуте и с минитрамплина».

Примерные темы рефератов

1. Акробатика как средство оздоровления и рекреации населения.
2. История развития акробатики в России с начала XX века и до настоящего времени.
3. Основы методики обучения акробатическим упражнениям.
4. Обеспечение безопасности на занятиях акробатикой.

5.Формирование осанки, профилактика плоскостопия и укрепление сводов стопы с помощью акробатических упражнений.

6.Использование акробатических упражнений для развития силовых способностей.

7.Развитие двигательно-координационных способностей на занятиях акробатикой.

8.Развитие гибкости с помощью акробатических упражнений.

9.Особенности занятий акробатикой с детьми дошкольного возраста.

10.Особенности занятий акробатикой с детьми младшего и среднего школьного возраста.

11.Особенности занятий акробатикой с подростками старшего школьного возраста.

Вопросы для тестирования знаний по теоретическим основам акробатики

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

2.Раскройте значение акробатики, как важнейшего средства пропаганды физической культуры и спорта.

3.Классифицируйте и дайте общую характеристику акробатическим прыжкам.

4.Охарактеризуйте акробатические упражнения как одно из средств гимнастики.

5.Раскройте суть прикладных упражнений, используемых на занятиях акробатикой.

6.Перечислите и опишите двигательные задания, с помощью которых может осуществляться контроль физической подготовленности занимающихся на занятиях акробатикой.

7.Назовите основные хваты и приведите примеры поддержек, в которых они используются.

8.Приемы и способы страховки и само страховки, используемые при выполнении акробатических упражнений.

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

10.Назовите упражнения, направленные на формирование правильной осанки и использующиеся в занятиях акробатикой.

11.Назовите упражнения, направленные на укрепление сводов стопы и профилактику плоскостопия и использующиеся в занятиях акробатикой.

12.Перечислите виды упражнений для развития двигательных-координационных способностей занимающихся, используемые в занятиях акробатикой.

13.Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку вперед.

14.Опишите технику и раскройте методику обучения кувырку назад.

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

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

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

18.Опишите технику и раскройте методику обучения прыжку ноги врозь с минитрамплина.

19.Перечислите и раскройте основные требования к предупреждению травматизма на занятиях акробатикой.

20.Упражнения, используемые для развития силовых, скоростно-силовых способностей занимающихся акробатикой, и их особенности.

21.Упражнения, используемые для развития общей гибкости на занятиях акробатикой.

22.Упражнения, используемые для развития общей выносливости на занятиях акробатикой.

23.Дайте характеристику общим основам балансирования в акробатике и способам балансирования в парных упражнениях

24.Спортивно-технические особенности пирамид по внешнему рисунку, форме основания и месту построения.

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

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

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

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

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

а) Основная литература:

1. 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>

2. Лагутин А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050720.65 «Физ.культура и спорт», 032102 – «Физ.культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адапт. физ. культура): рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. – М.: Физ.культура, 2010. – 128с.: ил.

3. Попов, Ю.А. Прыжки на акробатической дорожке и батуте: учеб. пособие / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2015. - 131 с.

4. Решетин, А. А. Техника упражнений с фазой полета в спортивной акробатике [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / Самар. гос. аэрокосм. ун-т им. акад. С. П. Королева (нац. исслед. ун-т), А. А. Решетин.— Самара : Изд-во СГАУ, 2012 .— 45 с.: ил. — Электрон. текстовые дан. (1 файл: 556 Кбайт).— ISBN 978-5-7883-0866-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/230172>

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. Попов, Ю.А. Обучение базовым акробатическим прыжкам: метод. рекомендации / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2010. - 37 с.

3. Попов, Ю.А. Прыжки на батуте: начал. обучение: метод. рекомендации / Ю.А. Попов. - Москва: Физ. культура, 2010. - 35 с.

4. 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.
2. www.acrobatica-russia.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики России.
3. www.acrobatica-moscow.ru/ – сайт Федерации спортивной акробатики Москвы.
4. <http://минобрнауки.пф/> – 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//](http://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 (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat 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. 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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС www.biblioclub.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Комплект стандартного оборудования гимнастического зала:

- гимнастический ковер – 3 шт;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 15м – 2 шт;
- акробатическая дорожка с рабочей частью 25м – 2 шт;
- гимнастические снаряды массового типа:

- гимнастические стенки (не менее 10 пролётов) – 3 шт;
- гимнастические скамейки 4 метра - 20 шт;
- вертикальные канаты высотой 4 м – 3 шт;
- комплект на группу стандартной наполняемости мелкого гимнастического инвентаря: скакалки (короткие и длинная), палки, мячи малые, средние, набивные;
- мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия);
- 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.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «АКРОБАТИКА»

для обучающихся 1 курса

Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса

направления подготовки

43.03.03

Гостиничное дело

Направленность (профиль):

Гостиничная деятельность

очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики гимнастики.

Сроки изучения дисциплины (модуля): I 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	Тест по теме/модулю (история акробатики).	4 неделя	10
2	Выполнение практического задания №1 по разделу «Пирамидковые упражнения»	5 неделя	10
3	Выполнение практического задания №2 по разделу «Батут/минитрамп»	3 неделя	10
4	Выполнение практического задания №3 по разделу «Акробатические упражнения»	7-10 недели	10
5	Выполнение практического задания №4 «Конспект и проведение тренировочного занятия по акробатике»	8 неделя	10
6	Выступление на семинаре «Организация и правила судейства соревнований по акробатике»	6 неделя	10
7	Написание реферата	в течение	10

		семестра	
9	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 акробатическим упражнениям»	20
5	Написание развернутого конспекта по теме: Проведение тренировочного занятия по акробатике.	20

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.

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

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

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 гимнастики

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

«Б1.В.ДВ.02.02 АКРОБАТИКА»

Направление подготовки/специальность:

43.03.03 Гостиничное дело

43.03.02 Туризм

Направленности (профили):

Гостиничная деятельность

Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1,5** зачетные единицы.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): I семестр

3.Цель освоения дисциплины (модуля): формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств акробатики для сохранения и упрочения здоровья, оптимизации физического развития, повышения уровня физической подготовленности и подготовки к профессиональной деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

УК-7	Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами акробатики.		
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1	
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	1	
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	1	

5.Краткое содержание дисциплины (модуля):

№	Раздел дисциплины (модуля)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)				Форма аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Акробатика в системе физического воспитания. Средства акробатики и методика их использования.	I		2	4		
2	Разновидности передвижений с функционально-развивающей доминантой.	I		2	4		
3	ОРУ с двигательной-координационной доминантой	I		2	4		
4	Упражнения в балансировании с соупражняющимися.	I		2	4		
5	Прыжковые акробатические упражнения.	I		2	2		
6	Прыжки безопорные, на батуте и с минитрамплина	I		2	4		
7	Акробатика в программах по физическому воспитанию.	I		2	4		
8	Учебно-тренировочное занятие по акробатике.	I		4	4		
9	Средства акробатики для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	I			4		
				20	34		Зачет
Итого часов:				54			

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 спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту
(плавание)»**

Направление подготовки: 43.03.02 «Туризм»

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Павлова Т.Н., к.п.н., доцент, доцент кафедры теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

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

1. Цель освоения дисциплины «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)»: подготовка квалифицированных специалистов по физической культуре и спорту, в частности, приобретение личного опыта использования средств плавания для упрочения и сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)» относится к Блоку 1 вариативной части основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее ООП (ОПОП)).

Нет дисциплин, изучение которых должно предшествовать данной дисциплине.

Программа дисциплины «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ВО) с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы (ПрООП), на основе учебного плана по направлениям подготовки ФГОС ВО третьего поколения для направления подготовки 43.03.02 «Туризм», направленность (профиль) «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг».

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- ФГОС ВО и учебный план по направлению подготовки: 43.03.02 «Туризм».

Дисциплина «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)», являясь важнейшим компонентом физической культуры и культуры личности, тесно взаимосвязана с дисциплинами гуманитарного и естественно-научного цикла, ориентирована на познание части культуры, являющейся специфическим фактором совершенствования естественных

(природных) качеств и способностей человека, оптимизации физического развития и восстановления здоровья в целом.

В ходе освоения данной дисциплины студент приобретает знания о теоретических основах плавания как средства для упрочения и сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности. В процессе обучения студент приобретает прикладные навыки, необходимые в избранной профессии и личный опыт выполнения упражнений.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)», соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	1		

4. Структура и содержание дисциплины «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)».

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 54 академических часа (очная форма обучения).

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	Техника спортивных способов плавания	1		12	10		
1.1	Кроль на груди			4			
1.2	Кроль на спине			2			
1.3	Брасс			6			
2	Прикладное плавание.	1		6	14		
2.1	Прикладные способы плавания (на боку, брасс на спине)			2			
2.2	Транспортировка пострадавшего			2			
2.3	Доврачебная помощь при утоплении			2			
3	Начальная тренировка.	1		2	10		
3.1	Дистанционный метод.			2			
Итого часов:		54		20	34		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.

Зачет состоит из 2-х частей: практической и теоретической.

Практическая часть:

1. Техника спортивных способов плавания: кроль на груди; кроль на спине; брасс.
2. Прикладное плавание: техника плавания способом на боку; транспортировка тонущего; выполнение приемов доврачебной помощи.
3. Начальная тренировка: дистанционный метод тренировки.
4. Посещение занятий.

Теоретическая часть: оценка знаний студентов по основным темам учебной программы.

Примерный перечень вопросов к зачету:

1. Спортивное значение плавания.
2. Техника движений ногами в способе кроль на груди.
3. Профессионально-прикладное значение плавания.
4. Техника движений ногами в способе кроль на спине.
5. Оздоровительное значение плавания.
6. Техника движений ногами в способе брасс на груди.
7. Правила безопасности на занятиях по плаванию в бассейне.
8. Техника движений руками и дыхания в способе кроль на груди.
9. Оценка уровня плавательной подготовленности.
10. Техника движений руками и дыхания в способе брасс на груди.
11. Техника безопасности и организация занятий в бассейнах и на открытых водоемах.
12. Способы самоконтроля на занятиях по плаванию.
13. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на груди.
14. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе кроль на спине.

15. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе на боку.
16. Техника согласования движений ногами, руками и дыхания в способе брасс на груди.
17. Непрерывный (дистанционный) метод тренировки.
18. Приемы освобождения от захватов утопающего.
19. Техника выполнения открытых поворотов.
20. Приемы оказания доврачебной помощи при утоплении.
21. Техника выполнения закрытых поворотов.
22. Техника выполнения стартового прыжка.
23. Действия спасателя при ложном (белом) утоплении.
24. Действия спасателя при истинном (синем) утоплении.
25. Способы транспортировки пострадавшего в воде.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)».

а) Основная литература:

1. Плавание: учебник / Н.Ж.Булгакова, С.Н.Морозов, О.И.Попов [и др] ; под общ. ред. Проф. Н.Ж.Булгаковой. – М.: ИНФА-М, 2016. – 290 с. – (Высшее образование: Бакалавриат).

б) Дополнительная литература:

1. Плавание : учеб. для студентов вузов, осуществляющих образоват. деятельность по специальности 022300 - "Физ. культура и спорт" : Рек. Гос. ком. РФ по физ. культуре, спорту и туризму / под ред. Н.Ж. Булгаковой. - М.: ФиС, 2001. - 398 с.: ил.
2. Булгакова Н.Ж. Игры у воды, на воде, под водой / Булгакова Нина Жановна. - М.: ФиС, 2000. - 77 с.: ил.
3. Булгакова Н.Ж. Плавание / Булгакова Нина Жановна. - М.: Астрель: АСТ, 2005. - 159 с.: ил.
4. Морозов С.Н. Прикладное плавание : учеб. пособие / С.Н. Морозов, Е.А.

Табакoвa ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2008. - 96 с.: табл.

5.Никитина С.М. Плавание в государственной системе физического воспитания : лекция для студентов РГУФК : рек. эксперт.-метод. Советом РГУФК / С.М. Никитина, Т.Н. Павлова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 15 с.: табл.

6.Никитина С.М. Прикладное плавание : лекция для студентов РГУФК : рек. эксперт.-метод. Советом РГУФК / С.М. Никитина, Т.Н. Павлова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 26 с.

7.Павлова Т.Н. Техника спортивных способов плавания : лекция для студентов РГУФК : [рек. эксперт.-метод. Советом РГУФК] / [Т.Н. Павлова, С.М. Никитина] ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2007. - 16 с.

8.Видеофильм «Техника спортивного плавания». М.: Снег и Ко, 2001.

9.Мультимедийный комплекс по основным разделам дисциплины «Плавание (базовые и новые физкультурно-оздоровительные виды)». М.: Кафедра теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло, РГУФКСМиТ, - 6 лекций, 2007.

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

– <http://medicinesport.ru/>

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, 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* (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

Перечень современных профессиональных баз данных и информационных систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях

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/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Б1.Б.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)».

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 лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

3. Зал «сухого плавания».

4. Плавательные бассейны длиной 25м и 50м.

5. Инвентарь: плавательные доски, круги, шесты, секундомер.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту (плавание)» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 43.03.02 «Туризм», профиль «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики спортивного и синхронного плавания, аквааэробики, прыжков в воду и водного поло

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр (очная форма обучения)

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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Выполнение контрольного норматива (50м кроль на груди)	в течение семестра	20
2	Выполнение контрольного норматива (50м брасс)		20
5	Выполнение контрольного норматива (50м транспортировка тонущего)		20
6 7	Выполнение приемов по оказанию доврачебной помощи при утоплении		10
8	Выполнение контрольного норматива (непрерывное плавание дистанции 400м)		20
	Зачет		10
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Сообщение по теме «Техника спортивных способов плавания»	5
3	Тест по теме «Прикладное плавание»	5

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 спортивного и синхронного плавания,
акваэробики, прыжков в воду и водного поло**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.В.ДВ Элективная дисциплина по физической культуре и спорту
(плавание)»**

Направление подготовки: 43.03.02 «Туризм»

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 54 академических часа (очная форма обучения)

2. Семестры освоения дисциплины: 1 (очная форма обучения)

3. Цель освоения дисциплины: приобретение личного опыта использования средств плавания для упрочения и сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1		
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	1		
	УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	1		

1. 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)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Техника спортивных способов плавания	1		12	10		
1.1	Кроль на груди			4			
1.2	Кроль на спине			2			
1.3	Брасс			6			
2	Прикладное плавание.	1		6	14		
2.1	Прикладные способы плавания (на боку, брасс на спине)			2			
2.2	Транспортировка пострадавшего			2			
2.3	Доврачебная помощь при утоплении			2			
3	Начальная тренировка.	1		2	10		
3.1	Дистанционный метод.			2			
Итого часов:		54		20	34		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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.02 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

дисциплина

Б1.В.ДВ.02.04 «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

Направление подготовки/специальность:

43.03.02 ТУРИЗМ

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методик легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методик легкой атлетики им. Н.Г. Озолина
Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методик легкой атлетики им. Н.Г. Озолина
Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методик легкой атлетики им. Н.Г. Озолина
Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методик легкой атлетики им. Н.Г. Озолина
Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Кетлерова Евгения Святославна, к.п.н., доцент кафедры теории и методик лёгкой атлетики им. Н. Г. Озолина

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (легкая атлетика)» является: ознакомление с основными теоретическими и практическими знаниями в области лёгкой атлетики, развитие способности к самообразованию и к самосовершенствованию в физкультурно-спортивной деятельности, а также понимание основных тенденций, направлений и достижений в современной лёгкой атлетике.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Данная дисциплина является элективной дисциплиной и относится к вариативной части ООП (ОПОП).

Основные положения теории и методики легкой атлетики имеют тесную взаимосвязь с содержанием естественнонаучных и гуманитарных дисциплин учебного плана (анатомии, физиологии, биомеханики, истории физической культуры, психологии, педагогики, безопасности жизнедеятельности, теории физической культуры и др.).

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
1	2	3
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности	2

	<p>работников;</p> <p>УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов легкой атлетики;</p> <p>УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.6. Умеет применять средства и методы, используемые на занятиях по легкой атлетике;</p> <p>УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;</p> <p>УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;</p> <p>УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>	
--	--	--

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 54 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	Модуль 1. Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике.	2		6	6		
1.1	Средства и методы, используемые при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике			4	4		
1.2	Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике			2	2		
2	Модуль 2. Основы техники легкоатлетических упражнений	2		14	28		
2.1	Ознакомление с техникой			2	4		

	спортивной ходьбы						
2.2	Основы техники бега на короткие дистанции.			2	4		
2.3	Основы техники бега на средние дистанции.			2	4		
2.4	Основы техники эстафетного бега.			2	4		
2.5	Основы техники прыжка в длину способом «согнув ноги».			2	4		
2.6	Основы техники прыжков в высоту («перешагивание» и «фосбери-флоп»).			2	4		
2.7	Основы техники легкоатлетических метаний.			2	4		
Итого часов: 54				20	34		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).

Контрольные вопросы и задания

для промежуточной аттестации (зачета) студентов 1 курса

1. Классификация легкоатлетических упражнений.
2. Структура занятия по легкой атлетике, его цель и задачи.
3. Средства и методы, используемые при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике.
4. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях. Подготовка мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
5. Определение спортивной ходьбы и характеристика техники.
6. Общая характеристика техники спринтерского бега.
7. Общая характеристика техники прыжка в длину. Способы прыжка в длину.
8. Общая характеристика техники прыжка в высоту. Способы прыжка в высоту.
9. Виды метаний и их классификация.
10. Общая характеристика техники метания малого мяча на дальность.

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

Основная литература

1. 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.: ил.
2. Лёгкая атлетика: учеб. для ин-тов физ. культуры / под общ. ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. - М.: Физкультура и спорт, 1989. – 671 с.
<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=33729&DocQuerID=9502088&DocTypID=NUL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

Дополнительная литература

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / Текст/ 3-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 2009 – 200с.
2. Обучение технике легкоатлетических упражнений в контексте формирования профессионально-педагогических умений: учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. – С-Пб.: 2001. - 87с.
3. Попов В. Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / Попов В. Б.. - М.: Terra-спорт, 2006.- 217 с. <https://lib.rucont.ru/efd/641128>

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

www.iaaf.org – сайт Международной ассоциации атлетических федераций (IAAF).

www.rusathletics.com – сайт Всероссийской федерации лёгкой атлетики (ВФЛА).

www.european-athletics.org – сайт Европейской атлетической ассоциации (ЕАА).

www.trackandfield.ru – легкоатлетический сайт.

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 (для ООП (ОПОП) подготовки высшей квалификации - в том числе международным реферативным базам данных научных изданий):

- 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 «Рукопт» 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 (аудитории 210 и 211 легкоатлетического манежа) включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер.
2. Методический кабинет кафедры № 303 с наличием учебно-методической литературы:
 - учебники, учебные пособия, научная и специальная литература;
 - специальная периодическая литература: ежемесячный журнал «Легкая атлетика», ежеквартальный журнал «Легкоатлетический вестник ИААФ», периодические информационные материалы;
 - учебно-методические материалы, подготовленные и выпущенные Московским региональным Центром развития легкой атлетики ИААФ
3. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
4. Легкоатлетический манеж, включающий оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для проведения практических занятий по легкой атлетике, а так же для проведения соревнований различного уровня.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (легкая атлетика) для обучающихся 1 курса института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки/ специальности 43.03.02 ТУРИЗМ направленности (профилю) Технология и организация туроператорских и турагентских услуг очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методике легкой атлетики, e-mail: l-a@sportedu.ru

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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 обучения (в неделях) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Сдача практических нормативов: Спортивная ходьба 1000 м	3 неделя	5
2	Сдача практических нормативов: Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	8 неделя	5
3	Сдача практических нормативов: Прыжок в высоту с разбега способом «фосбери-флоп»	10 неделя	5
4	Сдача практических нормативов: Бег на 100 м	5 неделя	5
5	Сдача практических нормативов: Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	11 неделя	5
6	Сдача практических нормативов: Метание мяча	13 неделя	5
7	Сдача практических нормативов: Эстафетный бег 4x100м	7 неделя	5
8	Сдача практических нормативов: Бег на средние и длинные дистанции М - 3000 м Ж – 2000 м (очная форма обучения) М – 1500 м Ж – 1000 м (заочная форма обучения)	15 неделя	5
9	Написание реферата «Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой»	В течение семестра	5
10	Написание реферата «Приемы и правила оказания первой помощи при занятиях легкоатлетическими упражнениями»	В течение семестра	5
11	Посещение занятий	В течение семестра	30 баллов
	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 «Основы техники легкоатлетических упражнений»	5
2	Написание реферата «Средства и методы, используемые при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике»	5
3	Сдача практических нормативов по пропущенным видам легкой атлетики	5

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.
- Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий.
- 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), 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 легкой атлетики им. Н. Г. Озолина

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.ДВ.01 Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

дисциплина

Б1.В.ДВ.01.04 «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

Направление подготовки/специальность:

43.03.02 ТУРИЗМ

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 54 академических часа.

2. Семестры освоения дисциплины: 2 семестр – очная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины: - ознакомление с основными теоретическими и практическими знаниями в области лёгкой атлетики, развитие способности к самообразованию и к самосовершенствованию в физкультурно-спортивной деятельности, а также понимание основных тенденций, направлений и достижений в современной лёгкой атлетике.

Дисциплина реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	наименование	Очная форма обучения
1	2	3
УК-7	<p>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> <p>УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;</p> <p>УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;</p> <p>УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;</p> <p>УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов легкой атлетики;</p> <p>УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.6. Умеет применять средства и методы, используемые на занятиях по легкой атлетике;</p> <p>УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;</p> <p>УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</p> <p>УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;</p> <p>УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>	2

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)	
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль		
1	Модуль 1. Учебно-тренировочное занятие по легкой атлетике. Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике.	2		6	6			
1.1	Средства и методы, используемые при проведении учебно-тренировочного занятия по легкой атлетике			4	4			
1.2	Техника безопасности на занятиях по легкой атлетике			2	2			
2	Модуль 2. Основы техники легкоатлетических упражнений	2		14	28			
2.1	Ознакомление с техникой спортивной ходьбы			2	4			
2.2	Основы техники бега на короткие дистанции.			2	4			
2.3	Основы техники бега на средние дистанции.			2	4			
2.4	Основы техники эстафетного бега.			2	4			
2.5	Основы техники прыжка в длину способом «согнув ноги».			2	4			
2.6	Основы техники прыжков в высоту («перешагивание» и «фосбери-флоп»).			2	4			
2.7	Основы техники легкоатлетических метаний.			2	4			
Итого часов: 54				20	34			зачет

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 теории и методики гандбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Модуль - Гандбол**

Направление подготовки: 43.03.02 Туризм

**Профиль: «Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг»**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики гандбола
Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики гандбола
Протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Составитель:

Жийяр Марина Владимировна, д.п.н., доцент., зав. кафедрой ТиМ гандбола
Обивалина Мария Сергеевна, ст. преподаватель кафедры ТиМ гандбола

1. Цель освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль - гандбол): обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание спортивной формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – гандбол) в структуре основной образовательной программы (ООП) бакалавриата

Модуль «Гандбол» учебной дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к блоку дисциплин по выбору вариативной части основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников практических навыков, необходимых при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в сфере физической культуры и спорта.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется сформированными двигательными умениями и навыками и при изучении практических дисциплин – гимнастика, легкая атлетика. Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется сдачей практического зачета.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль - гандбол)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	<i>Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	2		
УК-7.1.	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	2		
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	2		
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	2		

УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности	2		
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	2		
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.9.	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	2		
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2		

4. Структура и содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту (модуль – гандбол)»

4.1 Очная форма обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 1,5 зачетных единицы (54 час), аудиторных занятий – 20 часов.

Условные обозначения: П – практические занятия (семинары, зачеты, учебно-методическая и учебная практика); СРС – самостоятельная работа студентов.

№	Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – гандбол)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 54 часа (1,5 з.е.)	2	20	34		
1.	Общие основы гандбола		2	2		
1.1	Правила безопасности при выполнении физических упражнений. Правила эксплуатации спортивного инвентаря		2	2		
2.	Содержание игровой деятельности в гандболе		8	10		
2.1	Основы правил игры		2			

2.2	Техника двигательных действий базовых видов спорта - гандбол		2			
2.3.	Основы тактики игры в гандбол		2			
	Физическая подготовка гандболиста		2			
3.	Формирование практических навыков педагогического мастерства		8	14		
3.1.	Методика обучения технике гандбола		2	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола		2	4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста		2	4		
3.4.	Формирование практических навыков контроля и самооценки уровня физической подготовленности		2	2		
4.	Формирование методических навыков педагогического мастерства		2	8		
4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности на материале средств гандбола		2	8		
	Всего: 54 часа (1,5 з.е.)		20	34		Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту (модуль - гандбол)».

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 «Элективные курсы по физической культуре и спорту (модуль - гандбол)»

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов во 2 семестре очной формы обучения:

Вопросы для устного ответа:

1. Возникновение и развитие гандбола как олимпийского вида спорта.
2. Успехи российских гандболистов на Олимпийских играх и Чемпионатах мира (краткий экскурс).
3. ИГФ, ЕГФ и ФГР – органы управления развитием гандбола в мире и в России.
4. Основные правила игры в гандбол.
5. Гандбол как средство физического воспитания школьников.
6. Классификация техники игры в защите и нападении.
7. Основы методики обучения технике игры.
8. Классификация тактики игры в защите и нападении.
9. Методика обучения тактике игры.
10. Особенности амплуа вратарь в гандболе и основы тренировки.
11. Оборудование и инвентарь гандбольного зала
12. Упражнения и подвижные игры с мячом, включающие элементы игры в гандбол.
13. Методика построения занятий по гандболу, обеспечивающая предотвращение травматизма занимающихся.
14. Влияние систематических занятий гандболом на организм занимающихся.
15. Воспитывающее воздействие занятий гандболом на личностные качества и характер занимающихся.
16. Гандбол как одна из форм team-building.

Вопросы по правилам игры:

1. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
2. Игровая площадка. Размеры и разметка.
3. Игроки команд. Количественный состав команд.
4. Права и обязанности капитана команды.
5. Игровая форма и экипировка гандболиста.
6. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
7. Зброшенный мяч: когда он считается заброшенным и его цена.
8. Правила замены игроков.
9. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
10. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
11. Нарушение правил: пробежка.
12. Нарушение правил: 3 секунды.
13. «Пассивная игра» - как оценивается и что значит.
14. Нарушение правил: «Приземление».
15. Правила выполнения 7-метрового штрафного броска.
16. «Угловой бросок» - в каких случаях назначается и правила выполнения.
17. 9-метровый свободный бросок: в каких случаях назначается и правила выполнения.

18. Правила введения мяча после нарушения игроками команды соперника.
19. Размеры и вес мяча для гандболистов разного возраста и пола.
20. Удаление игрока – 2-минутное, красная и голубая карточка.

5.2.2. Содержание зачетных требований для студентов во 2 семестре очной формы обучения:

1. История развития игры и ее популяризации на территории России
2. Основы методики обучения основным техническим элементам
3. Характеристика изменений в Правилах соревнований по гандболу
4. Система и календарь соревнований в гандболе.
5. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.
6. Классификация техники игры в гандбол в нападении.
7. Классификация техники игры в гандбол в защите.
8. Тактика игры в нападении в гандболе.
9. Тактика игры в защите в гандболе.
10. Структура соревновательной деятельности в гандболе.
11. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.
12. Основы методики обучения технике ведения мяча.
13. Основы методики обучения обманным движениям.
14. Основы методики обучения передачам мяча.
15. Основы методики обучения броскам в безопорном положении.
16. Основы методики обучения броскам в падении.
17. Основы методики обучения броскам, выполняемым в опорном положении.
18. Порядок подготовки конспекта занятия по гандболу.
19. Особенности методики обучения на этапе начального разучивания.
20. Особенности методики обучения на этапе углубленного разучивания технических приемов игры.
21. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе закрепления.
22. Особенности методики обучения техническим приемам на этапе совершенствования.
23. Контроль физической подготовленности занимающихся.
24. Способы контроля технической подготовленности занимающихся.

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ПРАКТИЧЕСКОМУ МАТЕРИАЛУ:

Очная форма обучения

- уметь показать практические элементы техники (по заданию преподавателя);
- уметь применять технические элементы в игре;
- уметь вести протоколы соревнований и иметь навыки судейства;

- выполнять требования практического материала.

1. Ведение мяча 30 м:
мужчины: правой рукой – 5,1 сек.
женщины: правой рукой – 5,3 сек.
2. Демонстрация техники выполнения бросков.
3. Броски в ворота на точность с 9 м:
мужчины: из 12 бросков – 6 попаданий.
женщины: из 12 бросков – 5 попаданий.
4. Броски мяча на дальность:
мужчины – 30 м, женщины – 20 м.
5. Демонстрация техники выполнения финтов.

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. История возникновения гандбола.
2. Современные правила гандбола и их эволюция.
3. Система и календарь соревнований в гандболе.
4. Травматизм на занятиях по гандболу и оказание первой доврачебной помощи.
5. Классификация техники игры в гандбол.
6. Тактика игры в нападении в гандболе.
7. Тактика игры в защите в гандболе.
8. Структура соревновательной деятельности в гандболе.
9. Содержание соревновательной деятельности в гандболе.
10. Методика обучения технике ведения мяча.
11. Методика обучения обманным движениям.
12. Методика обучения передачам мяча.
13. Методика обучения броскам в безопорном положении.
14. Методика обучения броскам в падении.
15. Методика обучения броскам, выполняемым в опорном положении.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль - гандбол)»

а) Основная литература:

1. Игнатъева В.Я. Теория и методика гандбола: Учебник /В.Я. Игнатъева. – М.: Спорт, 2016. – 328 с.
2. Ратианидзе А.Л., Борисов Э.Л. Обучение и тренировка гандбольного вратаря. – М., 2011. – 98 с

б) дополнительная литература:

1. Волейбол, гандбол, баскетбол: Организация и проведение соревнований по упрощенным правилам.: Учеб. пособие/ В.Ф.Мишенькина, И.А.Рогов, О.С. Шалаев, Д.В. Карбанов. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2004. – 115 с.
2. Гандбол: Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юнош. спорт. шк., специализир. детско-юнош. шк. олимп. Резерва / Авт.-сост.: В.Я.Игнатъева, В.С.Максимов, И.В. Петрачева. – М.: Сов.спорт, 2003. – 115 с.

3. Спортивные игры: Техника, тактика обучения/ Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова. – М.: Academia, 2004. – 518 с. – (Высш.образование).

4. Правила игры в гандбол: (Официальные правила ИГФ). – М.: Б.и., 2010. – 90 с.

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

<http://www.rushandball.ru>

<http://www.ihf.com>

<http://www.ehf.com>

<http://www.sportzone.ru>

сайты гандбольных клубов и национальных федераций

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.	Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15	Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно 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. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30 -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно 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: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

5.	Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
----	---	---

– *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/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

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

7.2. Специализированный зал (модуль).

7.3. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.3.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.3.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.3.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

7.3.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.

7.3.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.

7.3.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.

7.3.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.

7.3.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.

7.3.9. Плеер DVD BVK – 2007 г.

7.3.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.

7.3.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.

7.3.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

7.6. Спортивный инвентарь

- Гандбольные мячи (мужской размер) – 40 штук;
- Гандбольные мячи (женский размер) – 30 штук;
- Гантели виниловые – 10 штук;
- Медицинболы 1 кг – 5 штук;
- Набивные мячи – 30 штук;
- Скакалки – 30 штук
- Степ-платформы – 12 штук
- Мини-барьеры – 6 штук.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль - гандбол) для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса направления подготовки 43.03.02 Туризм, направленности (профилю) Технология и организация туроператорских и турагентских услуг очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики гандбола
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

№	Виды текущего контроля	Максимальное количество Баллов
1	Посещение занятий	10
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Педагогические умения и навыки проведения подготовительной части занятий по гандболу 2. Инвентарь для занятий по гандболу и техника безопасности при проведении занятий 3. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений общефизической направленности 4. Составление комплекса упражнений по общей физической подготовке гандболистов. 5. Демонстрация жестов судейства соревнований в качестве судей по гандболу 6. Педагогические умения и навыки проведения основной и заключительной частей занятий по гандболу 7. Профессионально-педагогические навыки проведения комплексов упражнений по специальной физической подготовке гандболистов. 8. Занятие по анализу тактики игры в защите (нападении) в гандболе. 9. Методики обучения техническим приемам игры в гандбол. 10. Демонстрация техники игры в нападении (защите). 11. Демонстрация навыков судейства соревнований в качестве судей по гандболу в двусторонней игре	4 4 6 6 4 6 6 6 6 6 6
3	Реферат	15
4	Сдача зачета (рубежный контроль)	15

Всего:	100
--------	-----

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

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.

К зачету допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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	Незачет		Зачет			
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)»



Гуманитарный институт

Кафедра теории и методики гандбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Модуль - Гандбол**

Направление подготовки: 43.03.02 Туризм

**Профиль: «Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг»**

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1,5 зачетных единицы по очной форме обучения.

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

3. **Цель освоения дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль - гандбол):** обеспечить формирование у студентов навыков организации и проведения тренировочных занятий по гандболу и поддержание своей физической формы. Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту»	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	(модуль - гандбол)	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	<i>Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	2		
УК-7.1.	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	2		
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	2		
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	2		
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности	2		
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	2		
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	2		
УК-7.9.	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	2		
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	2		

5. Структура и содержание дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – Гандбол):

Очная форма обучения

№	Разделы дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» (модуль – гандбол)	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)		Форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
			Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
I курс	Всего: 54 часа (1,5 з.е.)	2	20	34		
1.	Общие основы гандбола		2	2		
1.1	Правила безопасности при выполнении физических упражнений. Правила эксплуатации спортивного инвентаря		2	2		
2.	Содержание игровой деятельности в гандболе		8	10		
2.1	Основы правил игры		2	2		
2.2	Техника двигательных действий базовых видов спорта - гандбол		2	2		
2.3.	Основы тактики игры в гандбол		2	2		
	Физическая подготовка гандболиста		2	4		
3.	Формирование практических навыков педагогического мастерства		8	14		
3.1.	Методика обучения технике гандбола		2	4		
3.2.	Методика обучения тактике гандбола		2	4		
3.3.	Методика физической подготовки гандболиста		2	4		
3.4.	Формирование практических навыков контроля и самооценки уровня физической подготовленности		2	2		
4.	Формирование методических навыков педагогического мастерства		2	8		

4.1	Составление комплекса упражнений оздоровительной, общефизической и технико-тактической направленности на материале средств гандбола		2	8		
	Всего: 54 часа (1,5 з.е.)		20	34		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 волейбола**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И
СПОРТУ» ВОЛЕЙБОЛ**

Направление подготовки/специальность: **43.03.02 "Туризм"**

Направленность (профиль): **"Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг"**

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: ***очная***

Год набора **2022, 2023** г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры ТиМ волейбола
Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ волейбола

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Белова Наталья Юрьевна – ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ
ВО «РГУФКСМиТ»

Ефимов Алексей Сергеевич - ст. преподаватель кафедры ТиМ волейбола
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол для направления 43.03.02 «Туризм» по профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» 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 (модуль) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол для направления 43.03.02 «Туризм» по профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол для направления «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол для направления 43.03.02 «Туризм» по профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг», входит в цикл вариативной части образовательной программы 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 прохождении других двигательных дисциплин.

3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту»

Волейбол, соотнесенных с планируемыми результатами освоения ООП (ОПОП)

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
	наименование	Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	3		
УК-7.3.	<i>Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;</i>	3		
УК-7.8.	<i>Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</i>	3		
УК-7.10.	<i>Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</i>	3		

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)				Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Общие основы волейбола	3	-	2	6		
1.1	История возникновения и развития игры в волейбол	3	-		4		
1.2	Правила игры и организация соревнований	3	-	2	2		

2	Содержание деятельности волейболистов	3	-	16	20		
2.1	Физические качества и физическая подготовка	3	-	6	10		
2.2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	3	-	10	10		
3	Особенности подготовки различного контингента волейболистов.	3	-	2	8		
3.1	Массовый волейбол	3	-	-	4		
3.2	Студенты ВУЗов и учащиеся школы	3	-	2	4		
Итого часов: 54 часов			-	20	34		зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол:

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) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол.

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол

Вопросы к зачету:

1. История развития волейбола в мире и 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 обороне (защите).
10. Тактические действия нападения при подаче.

11. Тактические действия нападения при первой передаче.
12. Тактические действия нападения при второй передаче.
13. Тактические действия обороны при блокировании.
14. Тактические действия обороны при приеме мяча.
15. Характеристика специальных физических качеств волейболистов.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол:

а) Основная литература:

1. Булыкина, Л.В. Начальное обучение в волейболе [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие по волейболу для студентов ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ", обучающихся по направлению 034300.62 : профиль "Спортив. подгот." : [рек. к изд. эмс исифв фгбоу впо "ргуфксмит"] / Булыкина Л.В., Фомин Е.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики волейбола. - М.: [Изд-во ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"], 2014. - 79 с.: рис. <http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=237476&DocQuerID=9469682&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>
2. Возникновение, развитие и эволюция волейбола [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Л.В. Булыкина, Н.Ю. Белова, В.Л. Свиридов, Е.М. Фомин .- М. : РГУФКСМиТ, 2018 .- 62 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/704880/info>
3. 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.
4. Волейбол для всех : учеб.-метод. пособие / под общ. ред.: Булыкиной Л.В., Фомина Е.В. - М.: ТВТ Дивизион, 2012. - 77 с.: ил.
5. Губа, В.П. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно-методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А.В. Родин, В.П. Губа .— М. : Советский спорт, 2009 .— 82 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0378-2 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/187007>

б) Дополнительная литература:

1. Анализ индивидуальных и групповых тактических действий в волейболе [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие по волейболу для студентов ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению 49.03.01 : профиль "Спортив. подгот." : по направлению 44.03.01 : рек. к изд. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Булыкина Л.В. [и др.] ; 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

волейбола.

М.,2017.

<http://lib.sportedu.ru/Document.idc?DocID=264075&DocQuerID=9469682&DocTypeID=NULL&QF=General&Pg=20&Cd=Win&Tr=0&On=0&DocQuerItmID=>

2. 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.

3. 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.

4. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол» (спортивные дисциплины «Волейбол» и «Пляжный волейбол»). / Под общей редакцией Ю.Д. Железняка, В.В. Костюкова, А.В. Чачина – М.: 2016. – 210 с.

5. Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы XIII Международной научно-практической конференции / под общ. Ред. К.п.н., доц А.В. Родина (г. Смоленск, 28-30 января 2019 года). - Смоленск, 2019. - 375 с.

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

<http://www.volley.ru> официальный сайт ВФВ

<http://www.sportbox.ru> – официальный сайт спортивных телеканалов ВГТРК.

<http://www.ntvplus.ru> – официальный сайт телекомпании НТВ ПЛЮС

<http://www.eurosport.r> и – официальный сайт русскоязычного отделения телеканала «Евроспорт»

<http://www.laola1.tv> – официальный медиа-партнер ФИВБ и ЕКВ

<http://www.fivb.org> - официальный сайт ФИВБ

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15

2. Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30

3. Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30

4. Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

– 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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.

6. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол:

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.

Наименование вида спорта	Оснащенность специальных помещений для проведения занятий
волейбол	Спортивный зал № 230 СК с 2-мя площадками 18х9 м
	Мячи: волейбольные, 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 (модулю) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол для обучающихся *Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса*

2 курса, _____ группы, направления подготовки 43.03.02 «Туризм» направленности «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» очной формы (м) обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ волейбола

Сроки изучения дисциплины (модуля): **3 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Посещение учебных занятий	Весь период	27
2	Тест по специальной физической и технической подготовленности	10-13 неделя	25
3	Тест по правилам судейства	14 неделя	15
4	Практическое задание Составление положения о соревнованиях по волейболу	5-7 неделя	8
5	Судейство соревнований	8-14 неделя	5
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Составление план - конспекта занятия	10
2	Просмотр соревнований сборных команд РГУФКСМиТ	10
3	Подготовка рефератов	10

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.

К зачету (экзамену) допускается студент, набравший не менее 41 баллов, имея возможность, сдать зачет на «отлично» (20 баллов для зачета), получить оценку Д по шкале ECTS.

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)»



Институт спорта и физического воспитания
Кафедра Теории и методики волейбола

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**«ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И
СПОРТУ» ВОЛЕЙБОЛ**

Направление подготовки/специальность: **43.03.02 "Туризм"**

Направленность (профиль): **"Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг"**

Уровень образования: **бакалавриат**

Форма обучения: **очная**
Год набора **2022, 2023 г.**

Москва – 2021 г.

Общая трудоемкость дисциплины (модуля): «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол составляет **54 академических часа** из которых **20 часов** занятий семинарского типа и **34 часа** самостоятельной подготовки очной формы обучения.

Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): [3 семестр].

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту" Спортивные игры (волейбол):

Выпускник направления 43.03.02 «Туризм» по профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг», должен обладать следующими универсальными компетенциями (УК):

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	3		
УК-7.3.	<i>Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;</i>	3		
УК-7.8.	<i>Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.</i>	3		
УК-7.10.	<i>Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</i>	3		

1.Краткое содержание дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» Волейбол:

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	Общие основы волейбола	3	-	2	6		
1.1	История возникновения и развития игры в волейбол	3	-		4		
1.2	Правила игры и организация соревнований	3	-	2	2		
2	Содержание деятельности волейболистов	3	-	16	20		
2.1	Физические качества и физическая подготовка	3	-	6	10		
2.2	Технико-тактическая подготовка в волейболе	3	-	10	10		
3	Особенности подготовки различного контингента волейболистов.	3	-	2	8		
3.1	Массовый волейбол	3	-	-	4		
3.2	Студенты ВУЗов и учащиеся школы	3	-	2	4		
Итого часов: 54 часов			-	20	34		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 единоборств

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА МОДУЛЯ

**Б1.В.ДВ.02.07 Элективные дисциплины по физической культуре и
спорту**

дисциплина

Б1.В.ДВ.02.07 «ЕДИНОБОРСТВА»

Направление подготовки:
43.03.02 Туризм

Направленность (профиль):
Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики единоборств

Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики единоборств

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики единоборств

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики единоборств

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики единоборств

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составители:

Жуков Юрий Юрьевич- заведующий кафедры ТиМ единоборств;

Дмитриев Роман Михайлович – доцент кафедры ТиМ единоборств;

Гаркин Николай Владимирович – доцент кафедры ТиМ единоборств.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Единоборства»

составляет 54 часа на очной форме обучения

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) – 3 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Единоборства»: успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре единоборств. Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7	7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий в единоборствах.
	7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.
	7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов единоборств на уровне выполнения контрольных нормативов

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Единоборства».

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	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	2		2	2		
2	Базовая техника в видах единоборств.	2		10	16		
3	Основы тактики единоборств.	2		6	12		
4	Правовые основы в единоборствах	2		2	4		
Итого часов: 54				20	34		зачет

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

6.1. 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)).

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

Контрольные вопросы к зачёту для студентов очной формы обучения:

1. Классификация видов единоборств.
2. Правила ведения схваток и боев в одном из видов единоборств.
3. Различия в технике и тактике единоборств с оружием и без него.
4. Личностные качества единоборца.
5. Состав базовых действий.
6. Состав ложных действий.

7. Формирование личностных качеств в сочетании с волевыми усилиями.
8. Использование конкретных замыслов противника для подбора средств противодействия.
9. Единоборства в олимпийской программе (от панкратиона до современных олимпиад).
10. Нормативно-правовые документы развития единоборств в РФ.
11. Государственные и общественные организации, отвечающие за развитие единоборств в РФ.

Учет успеваемости студентов ведется в форме текущих зачетов по пройденным темам, а также зачета в сроки, предусмотренные учебным планом. Зачет выставляется за знание пройденных разделов теоретического курса, овладение техникой и сдачу нормативов текущего контроля (согласно Информационной справке по дисциплине).

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

а) Основная литература:

1. Самбо [Электронный ресурс] : программа / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков, Федер. агентство по физ. культуре и спорту .— М. : Советский спорт, 2008 .— 119 с. — (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва) .— ISBN 978-5-9718-0292-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293652>

2. Гожин В.В., Малков О.Б. Теоретические основы тактики в спортивных единоборствах: Учеб. Для слушателей образоват. Учреждений и подразделений дополнит. Проф. Образования. – М.: Физкультура и спорта, 2008. – 232 с.

3. Игуменов В.М. Спортивная борьба: Учеб. для студентов и учащихся фак. (отд-ний) физ. воспитания пед. учеб. заведений / Игуменов В.М., Подливаев Б.А. - М.: Просвещение, 1993. - 240 с.: ил.

4. Туманян Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению 032100, 032101: рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Г.С. Туманян. - М.: Academia, 2006. - 591 с.: табл.

5. Структура и содержание соревновательного поединка в единоборствах/Игуменов В.М., Свищёв И.Д., Полухин А.В. /Монография. - РГУФКСМиТ. - 2017.- 116 с.

б) дополнительная литература:

1. Чумаков Е.М. Сто уроков САМБО. / Под редакцией С.Е. Табакова // – Изд.6-е, испр. и доп. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. - 448 с., ил.

2. Шестаков В.Б. Теория и практика дзюдо: учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100: доп. Умо высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегиная. - М.: Сов. спорт, 2011. - 447 с.: табл.

3. Тышлер Д.А. Фехтование: техн. -такт, и функцион. тренировка / Д.А. Тышлер, Л.Г. Рыжкова. - М.: Акад. проект, 2010. - 183 с.: ил.

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

1. www.sambo.ru - Сайт Всероссийской федерации самбо;
2. www.judo.ru – Сайт федерации дзюдо России;
3. www.wrestrus.ru - Сайт Федерации спортивной борьбы России.

- программное обеспечение дисциплины (модуля):

Общесистемные программные средства	
1.	Microsoft Windows Семейство операционных систем. Предназначены для решения общетехнологических задач. Устанавливаются централизованно 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 централизованно 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:
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно 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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.

8. 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 № 36 и 36 А, для проведения занятий лекционного типа и семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской. спортивные залы № 14, 27 и 28 для проведения практических занятий.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) *Элективные дисциплины по физической культуре и спорту дисциплина «Единоборства»*, для обучающихся Гуманитарного института, направления подготовки/ специальности *43.03.02 Туризм*, очной формы обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики единоборств

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

№	Виды текущего контроля	Сроки проведения	Максимальное количество баллов*
1	Посещение занятий	Весь период	15
2	Контроль освоения практических навыков: 1. Формы организации и содержания занятий по единоборствам. 2. Основные стойки, передвижения, захваты. Освобождения от захватов. Обще и специально подготовительные упражнения в единоборствах. 3. Страховка и самостраховка при падениях на спину, на бок, вперед на руки. 4. Игры: на выведение из равновесия, в касания, в захваты, в дебюты. в	2 неделя 3 неделя 4 неделя 5 неделя 6 неделя	5 5 5 10 10

	теснение, в перетягивание. 5. Техника единоборств в стойке: броски, переводы, сваливания, и защиты от них 6. Техника единоборств в партере (положение лежа): броски, перевороты, удержания, выходы на верх, болевые, удушающие и защиты от них. 7. Удары и защиты от них: руками, ногами, головой. 8. Тактические действия в единоборствах: маневрирование, вызов, угроза, маскировка, подавление. 9. Поединки с применением ранее изученных действий в стойке и партере (положении лежа).	7 неделя	5
		8 неделя	10
		9 неделя	10
		10 неделя	10
3	Сдача зачета (рубежный контроль)	11 неделя	15
Всего:			100

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Сдача контрольных нормативов №1 по разделу «Техника выполнения основных бросков»</i>	15
3	<i>Сдача контрольных нормативов №2 по разделу «Техника выполнения основных ударов, защит»</i>	15
4	<i>Сдача контрольных нормативов №3 по разделу «Техника выполнения болевых, удушающих приемов и удержаний»</i>	15
5	<i>Реферат по теме: «Общие основы единоборств»</i>	20

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 дифференцированному зачету.

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 46 балла, имея возможность, сдав зачет на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

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 единоборств

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ МОДУЛЯ**

**Б1.В.ДВ.02.07 Элективные дисциплины по физической культуре и
спорту**

**дисциплина
Б1.В.ДВ.02.07 «ЕДИНОБОРСТВА»**

Направление подготовки:
43.03.02 Туризм

Направленность (профиль):
Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) «Единоборства»

составляет 54 часа на очной форме обучения

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля) – 3 семестр

3. Цель освоения дисциплины (модуля) «Единоборства»: успешное освоение учебно-практического материала, необходимого для формирования как первоначальных технико-тактических умений, так и полноценного представления о двигательной культуре единоборств. Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения:

УК-7 – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

УК-7	7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий в единоборствах.
	7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.
	7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов единоборств на уровне выполнения контрольных нормативов

5. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Единоборства».

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	Единоборства как составная часть физического воспитания в России. Классификация видов единоборств.	2		2	2		
2	Базовая техника в видах единоборств	2		10	16		
3	Основы тактики единоборств	2		6	12		
4	Правовые основы в единоборствах	2		2	4		
Итого часов: 54				20	34		зачет

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 Теории и методики баскетбола

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**Б1.В.ДВ.02.08 Элективные дисциплины по физической культуре и
спорту**

Спортивные игры (Баскетбол)

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **43.03.02 Туризм**

(код и наименование)

Профили: «**Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг**»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики баскетбола
Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики баскетбола

Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики баскетбола

Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики баскетбола

Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики баскетбола

Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Никонов Дмитрий Николаевич – ст.преподаватель кафедры ТИМ баскетбола РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)» для направления подготовки 43.03.02 Туризм 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.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре ООП.

Программа дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)» *вариативной части* составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 43.03.02 Туризм профиля подготовки ««Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» и в соответствии с ООП (ОПОП) реализуемой в РГУФКСМиТ.

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)», тесно связана с большинством дисциплин ООП (ОПОП): анатомией, физиологией, биомеханикой, гигиеной, педагогикой, психологией, основами теории физической культуры. Знания, умения и навыки, приобретённые в процессе освоения дисциплины будут использованы обучающимися при прохождении других двигательных дисциплин.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)».

В процессе изучения учебной дисциплины «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)» у студентов формируются следующих компетенций:

1. Общекультурные:

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) наименование	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	5	6	7
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений. УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений. УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	4	-	-

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 54 часа, 2 з.е.

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	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4	-	-	4		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	-	-	-	2		
1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	-	-	-	2		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	4	8		
2.1	Характеристика игры		-	1	4		
2.2	Техника баскетбола		-	2	2		
2.3	Тактика баскетбола		-	1	2		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	14	16		
3.1	Методика обучения технике баскетбола		-	12	12		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола		-	2	4		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	-	2	6		
4.1	Современные правила баскетбола		-	1	4		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу		-	1	2		
Итого: 54 часов (2 з.е.)			-	20	34		зачет

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ

1. Общие основы баскетбола – 4 часа.

СРС – 4 часа.

1.1. История возникновения и развития баскетбола в России и в мире - 2 часа.

Изучить историю возникновения баскетбола в России и мире, образование ФИБА, федерации баскетбола СССР и России, проведение первых

международных соревнований под эгидой ФИБА, этапы развития баскетбола в СССР и России, участие советских и российских баскетболистов в главных международных соревнованиях – 2 часа.

1.2. Современное состояние и перспективы развития баскетбола- 2 часа.

Изучить современное состояние баскетбола в мире и России, участие ведущих национальных и резервных сборных команд по баскетболу в международных соревнованиях, проанализировать изменения результатов рейтинга по окончании соревнований – 2 часа.

2. Содержание игровой деятельности в баскетболе 4 часа (СРС 8 ч)

2.1. Характеристика игры 1 час (СРС 4 ч).

Практические занятия – 1 час.

1. Изучить основы и особенности игровой деятельности в баскетболе: переменный характер, последовательность и интенсивность выполнения действий. Постоянное противоборство нападения и защиты. Изучить скоростно-силовой характер игры, действий с высокой степенью точности движений в условиях лимита времени. Сочетание индивидуальности и коллективных действий в игре. Психологическая характеристика игры, особенности внешней среды и условий спортивной деятельности баскетболистов – 1 час.

2.2. Техника баскетбола – 2 часа (СРС 2ч).

Практические занятия – 2 часа.

1. Изучить общую характеристику и особенности техники игры и ее значение для роста спортивного мастерства, понятия и принципы деления на «разделы», «приёмы», «способы», «разновидности» и «условия выполнения» технических приемов, классификацию техники нападения и техники защиты – 2 часа.

2.3. Тактика баскетбола - 1 час (СРС 2 ч).

Практические занятия – 1 час.

1. Изучить классификацию тактики баскетбола, условные понятия и принципы деления на «разделы», «группы», «виды» и «способы», основы

тактики баскетбола в нападении: индивидуальные действия баскетболиста без мяча и с мячом, групповые взаимодействия двух и трех игроков. Изучить основы тактики баскетбола в нападении: командные действия баскетболистов. Изучить индивидуальные действия баскетболиста в защите: против игрока без мяча и с мячом, групповые взаимодействия двух и трех игроков и командные действия баскетболистов в защите – 1 час.

3. Формирование навыков педагогического мастерства – 14 часов (СРС 16ч)..

3.1 Методика обучения технике баскетбола – 12 часов (СРС 12ч).

Практические занятия – 12 часов

1. Изучить структуру и содержание поэтапного обучения техническим приемам в баскетболе: ознакомление с приёмом, изучение приёма в упрощенных, специально созданных условиях, целостное формирование двигательного навыка и закрепление приёма в игре, составление конспекта основной части занятия по обучению техническому приему – 1 час.
2. Изучить фазовую структуру техники и ее педагогическое значение, выявить определяющее (ведущее) звено технического приема, второстепенные детали техники и индивидуальные особенности (стиль), определить взаимосвязь техники с физическими качествами баскетболистов – 1 час.
3. Изучить основные технические приемы в баскетболе: основная стойка баскетболиста, остановки и повороты – 2 часа.
4. Изучить основные технические приемы в баскетболе: передвижение в защитной стойке – 2 часа.
5. Изучить основные технические приемы в баскетболе: ловля, передача мяча – 2 часа.
6. Изучить основные технические приемы в баскетболе: ведение мяча – 1 час.
7. Изучить основные технические приемы в баскетболе: бросок мяча в движении – 2 часа.

8. Изучить основные технические приемы в баскетболе: штрафной бросок – 1 час.

3.2 Методика обучения тактике баскетбола – 2 часа (СРС 4 ч).

1. Изучить структуру и содержание поэтапного обучения тактике баскетбола. Задачи тактической подготовки на начальном этапе. Методы и средства обучения. Последовательность обучения тактике баскетбола – 1 час.

2. Изучить основные индивидуальные и групповые действия в нападении и защите в баскетболе: розыгрыш мяча и атака корзины, взаимодействия двух и трех игроков – 1 час.

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

Контроль успеваемости по дисциплине осуществляется посредством устного опроса, выполнения контрольных нормативов и демонстрации выполнения технических приемов, разработки частей урока по методике обучения техники и тактики, судейства учебной игры или ее части и защиты подготовленного реферата. В зависимости от контингента и условий, демонстрация может осуществляться как самостоятельно на площадке, так и схематически на демонстрационной доске.

С целью стимулирования учебной деятельности, творческой активности и самостоятельной работы студентов на протяжении всего периода изучения дисциплины, обеспечения систематической аттестации всех видов учебной работы используют балльную систему контроля качества обучения.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала, регулярно осуществляемую на протяжении семестра, а также дает возможность для балльно-рейтинговой оценки успеваемости студента.

Для определения уровня сформированности компетенций студента,

прошедшего соответствующую подготовку, в настоящее время предлагаются новые методы. Наиболее распространенными из них являются стандартизированные тесты с дополнительным творческим заданием.

Критериями успешной работы на практических занятиях являются:

1. посещение студентом всех аудиторных практических занятий;
2. выполнение всех заданий преподавателя во время практического занятия и сдача контрольных нормативов:

- техника передвижения в нападении: остановки и повороты;
- техника передвижения в защите: защитная стойка и передвижение в защитной стойке;
- техника владения мячом: ловля и передачи мяча на месте и в движении
- техника владения мячом: ведение мяча на месте и в движении;
- техника владения мячом: броски в движении;
- техника владения мячом: штрафной бросок.

Критерием формирования у студента необходимых умений и навыков является получение правильных ответов и сдача практических нормативов по всем заданиям и написание плана-конспекта занятия по обучению техническим приемам.

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).

Промежуточная аттестация состоит из балльно-рейтинговой системы и итогового устного опроса теоретических вопросов.

Виды контроля и отчетности дифференцированы с таким расчетом, чтобы оценивать не столько степень механического запоминания учебного материала, сколько уровень его усвоения, понимания, осмысления и способности в итоге к практической реализации. Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету/экзамену являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию.

Изучение курса завершается зачетом в конце семестра. Шкала итоговых оценок успеваемости в зависимости от набранных баллов по дисциплинам, завершающимся зачетом.

Набранные баллы	51–60	61–67	68–84	85–93	94–100
Оценка по 5-балльной шкале	2	3	4	5	
Оценка по шкале ECTS	F	D	C	B	A
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично	отлично

Теоретические вопросы, выносимые на зачет.

Перечень вопросов:

1. Возникновение баскетбола. Первые правила и соревнования.
2. Баскетбол на Олимпийских играх (краткий экскурс).
3. ФИБА, ФИБА-Европы и РФБ – органы управления развитием баскетбола в мире и в России.
4. Правила игры баскетбол.
5. Спортивные достижения советских и российских баскетболистов.
6. Характеристика мини-баскетбола.
7. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».
8. Оборудование и инвентарь баскетбольного зала.
9. Основные травмы при занятиях баскетболом.
10. Способы предотвращения травматизма на занятиях по баскетболу.
11. Оказание первичной помощи при растяжении голеностопного сустава.
Профилактические мероприятия, предотвращающие растяжение голеностопного сустава.

12. Оказание первичной помощи при выбивании фаланги пальцев.
Профилактические мероприятия, предотвращающие выбивание.
13. Оказание помощи при ушибах.
14. Как отличить ушиб от перелома.
15. Методика построения занятий по баскетболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.
16. Действия педагога при травме коленного сустава.
17. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).
18. Средства обучения технике игры в баскетбол.
19. Методы обучения технике игры в баскетбол.
20. Методы организации занимающихся на занятиях по баскетболу.
21. Последовательность обучения технике игры.
22. Классификация техники игры.
23. Методика обучения технике игры.
24. Классификация тактики игры.
25. Методика обучения тактике игры.

Вопросы по правилам игры:

1. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
2. Игровая площадка. Размеры и разметка.
3. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
4. Игровая форма и экипировка.
5. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
6. Заброшенный мяч: когда он заброшен и его цена.
7. Замена игроков.
9. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
10. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
11. Нарушения: Пробежка.
12. Нарушения: 3 секунды.

12. Нарушения: мяч, возвращенный в тыловую зону.
13. Нарушения: 8 секунд.
14. Нарушения: 24 секунды.
15. Нарушения: Помеха попаданию и помеха мячу при броске.
16. Фолы: персональный, обоюдный, неспортивный, дисквалифицирующий, технический.
17. Пять фолов игрока, командные фолы, штрафные броски.
18. Методика ведения протокола игры в баскетбол.

Темы рефератов:

1. История возникновения и развития баскетбола в России и мире.
2. История Олимпийского баскетбола.
3. История участия советских и российских команд по баскетболу в крупнейших международных соревнованиях.
4. Нормативно-правовые основы организации тренировочного процесса по баскетболу.
5. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол.
6. Современное состояние баскетбола в России и мире.
7. Баскетбол и его разновидности. Характеристика мини-баскетбола.
8. Баскетбол и его разновидности. Характеристика стритбола.
9. Баскетбол и его разновидности. Баскетбол для инвалидов-колясочников.
10. Методика обучения баскетболу.
11. Структура обучения методике технического приема (по заданию преподавателя).
12. Современные правила игры.
13. Методика организации и проведения соревнований.
14. Характеристика игры.
15. Тема по выбору студента (при обязательном согласовании с преподавателем по специализации).

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

а) Основная литература

1. Нестеровский Д.И. Баскетбол : Теория и методика обучения : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура : рек. умо по специальностям пед. образования / Д.И. Нестеровский. - 4-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 336 с.: ил.

2. 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.: ил.

б) Дополнительная литература.

1. Анискина С.Н. Методика обучения технике и тактике баскетбола : метод. разраб. для специальности 032101 / С.Н. Анискина ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М.: [Физ. культура], 2008. - 40 с.: ил.

2. Баскетбол. Подготовка судей : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под ред. С.В. Чернова]. - М.: Физ. культура, 2009. - 251 с.: ил.

3. Виссел Х. Баскетбол : шаги к успеху : [пер. с англ.] / Хол Виссел. - М.: АСТ: Астрель, [2011]. - 240 с.: ил.

4. Гатмен Б. Все о тренировке юного баскетболиста / Билл Гатмен, Том Финнеган ; [пер. с англ. Т.А. Бобровой]. - М.: АСТ: Астрель, [2007]. - 303 с.: ил.

5. 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.: ил.

6. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2011. - 98 с.: ил.

7. Лепешкин В.А. Баскетбол : подвиж. и учеб. игры / В.А. Лепешкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 98 с.: ил.

8. Методические рекомендации и практические советы для судей по баскетболу : [учеб.-метод. пособие] / под ред. И.К. Латыпова. - М.: Наука, 2014. - 103 с.: ил.

9. Методические указания к тестированию общей и специальной физической подготовленности : для самостоят. занятий студентов всех специальностей / Федер. агентство по образованию [и др.] ; [сост. Э.М. Кураков [и др.]]. - М.: [ГУУ], 2007. - 48 с.: ил.

10. 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

11. Программа подготовки начинающих судей по баскетболу / [подгот.: Дмитриев Ф.Б., Григорьев М.П., Латыпов И.К.] ; Рос. федерация баскетбола. - М., 2013. - 30 с.

12. Пэйе Б. Баскетбол для юниоров : 110 упражнений от простых до сложных : [пер.с англ.] / Баррел Пэйе, Патрик Пайе. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 3251 с.: ил.

13. Скворцова М.Ю. Методика проведения занятий по физической подготовке баскетболистов : [учеб. пособие] / М.Ю. Скворцова ; Федер. агентство по образованию, Гос. образов. учреждение высш. проф. образования "Кузбас. гос. тех. ун-т". - Кемерово, 2007. - 112 с.: ил.

14. Современный баскетбол - настоящее и будущее, всерос. науч.-практ. конф. (2009; Москва). Всероссийская научно-практическая конференция "Современный баскетбол - настоящее и будущее" : сб. материалов / М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Рос. федерация баскетбола, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. - М., 2009. - 225 с.: ил.

15. 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.: ил.

16. Таран И.И. Координационная подготовка баскетболистов : учеб.-метод. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / И.И. Таран, Д.И. Внебрачный ; М-во образования и науки РФ, Великолук. гос. акад. физ. культуры и спорта. - Великие Луки, 2007. - 107 с.: ил.

17. 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.: табл.

18. 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.: ил.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. www.russiabasket.com
2. www.cskabasket.com
3. www.fiba.com
4. www.fibaeurope.com
5. www.mbl.su

6. www.pro100basket.ru

7. www.slamdunk.ru

8. <https://shkola2-0.ru/>

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

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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.

7.

д) В учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения работы в сочетании с самостоятельной и внеаудиторной деятельностью студента для формирования у них, предусмотренных дисциплиной, компетенций. К методам интерактивного обучения относятся те, которые способствуют вовлечению слушателей в активный процесс получения и переработки знаний, формирование умений и навыков.

На аудиторных занятиях по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре» для студентов, применяются следующие методы интерактивного обучения:

- Работа в малых группах;
- Изучение и закрепление нового материала (работа с наглядными пособиями, «студент в роли преподавателя», «каждый учит каждого», использование вопросов);

- Контрольные тестирования;
- Решение ситуационных задач.

Основными формами организации аудиторных занятий являются семинарские и методико-практические занятия, рационально сочетающиеся в течение всего изучаемого курса.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

Кабинеты:

1. Методический кабинет № 242
2. Конференц-зал № 238 (Компьютерный класс).

Научная аппаратура и оргтехника:

- Акустическая система активная Wharfedale Titan 12 Active;
- Видеокамера SONY BCR-CR42E;
- Видеомагнитофон и DVD рекордер;
- Интерактивная доска Smart Board 660;
- Комплект информационных универсальных табло для игровых видов спорта с системой подвеса;
- Компьютер комплектации «Стандарт» - (9 шт.);
- Компьютер комплектации «ФАЙЛ-СЕРВЕР»;
- Ноутбук – 3 штуки;
- Проектор Benq PB8263;
- Эквалайзер Behringer FBQ;
- Экран Baronet 152*203 MW.

Баскетбольный зал (с площадкой 28x15м. Баскетбольные щиты с кольцами: 10 стационарных и 4 мобильных);

Спортивный инвентарь:

- Баскетбольные мячи (7 размер) – 40 штук;
 - Баскетбольные мячи (6 размер) – 20 штук;
 - Гантели виниловые – 10 штук;
 - Медицинболы – 5 штук;
 - Набивные мячи – 20 штук;

- Обводные стойки – 12 штук;
- Скакалки – 20 штук

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) ««Элективные дисциплины по физической культуре и спорту, спортивные игры (баскетбол)» для студентов 2 курса института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса, направления подготовки/ специальности 43.03.02 Туризм профиля подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» форма обучения - очная

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теории и методики баскетбола.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Семинарское занятия по разделу «Характеристика игры»	23	2-5
2	Написание плана-конспекта	23-34	5
3	Проведение части занятия	28-43	10
4	Судейство учебной игры	33-44	5
5	Выполнение контрольных нормативов 5 микрозачетов:	23-45	45
6	1 Техника передвижения. Остановки/ повороты	24-26	5
7	2 Техника передачи мяча на месте	27-29	8
8	3 Техника ведения мяча в движении	27-32	10
9	4 Техника броска после двух шагов	35-40	15
10	5 Техника передвижений в защитной стойке	39-41	7
11	Реферат или презентация по разделам «История возникновения и развития баскетбола в России и в мире», «Современное состояние и перспективы развития баскетбола».	40-45	15
12	Посещение занятий	В течение семестра	1,5 балла за одно занятие. Максимум 30
	Зачёт		от 61-100
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	Реферат или презентация по разделам «Содержание игровой деятельности в баскетболе»	10
2	Реферат или презентация по разделу «История возникновения и развития баскетбола в России и в мире»	10
3	Реферат или презентация по разделу «Современное состояние и перспективы развития баскетбола»	10
4	Дополнительные вопросы по правилам игры	10
5	Посещение, просмотр игр сборной РГУФКСМиТ по баскетболу	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

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

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 Теории и методики баскетбола

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.В.ДВ.01.08 Элективные дисциплины по физической культуре и
спорту**

Спортивные игры (Баскетбол)

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.02 Туризм**

(код и наименование)

Профили: **«Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг»**

Уровень образования:
бакалавриат

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет: 2 зачетных единицы/54 часа на очной форме обучения.

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

2 курс 4 семестр – очная форма обучения;

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): в результате освоения дисциплины, студент должен обладать следующей общекультурной компетенцией:

УК-7 - Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4. Цель освоения дисциплины (модуля) «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» спортивные игры (Баскетбол):

«Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» является - обеспечить освоение теоретического и учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 43.03.02 «Туризм», владеющих инновационными знаниями, отечественными и зарубежными практиками преподавания вида спорта баскетбол.

Дисциплина «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту» спортивные игры (Баскетбол) реализуется на русском языке.

5. 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	<i>2 курс 4 семестр</i>	-

	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; УК-7.2. Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря; УК-7.3. Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений. УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; УК-7.7. Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений. УК-7.9. Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности; УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.		
--	---	--	--

6. Краткое содержание дисциплины (модуля): очная форма обучения

Курс дисциплины «**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**» **спортивные игры (Баскетбол)** включает следующие виды занятий:

на очной форме обучения – практические занятия – 20 часов, 34 часа самостоятельной работы по изучаемым темам;

№	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	
Модуль «Баскетбол»							
1.	Общие основы баскетбола	4	-	-	4		
1.1	История возникновения и развития баскетбола в России и в мире	-	-	-	2		
1.2	Современное состояние и перспективы развития баскетбола	-	-	-	2		
2.	Содержание игровой деятельности в баскетболе	4	-	4	8		
2.1	Характеристика игры		-	1	4		

2.2	Техника баскетбола		-	2	2		
2.3	Тактика баскетбола		-	1	2		
3.	Формирование навыков педагогического мастерства	4	-	14	16		
3.1	Методика обучения технике баскетбола		-	12	12		
3.2	Методика обучения тактике баскетбола		-	2	4		
4.	Организация и проведение соревнований по баскетболу	4	-	2	6		
4.1	Современные правила баскетбола		-	1	4		
4.2	Методика организации и проведения соревнований по баскетболу		-	1	2		
Итого: 54 часов (2 з.е.)			-	20	34		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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Элективные дисциплины по физической культуре и спорту

«Восточные единоборства»

Направление подготовки/специальность:

44.03.02 – «Туризм»

(код и наименование)

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств

Протокол № 01 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост. боевых искусств

Протокол № от « » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост. боевых искусств

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост. боевых искусств

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры ТиМ фехтования, совр. пятиборья, вост. боевых искусств

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20__ г.
(наименование)

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Восточные единоборства»

Основной целью программы дисциплины *«Восточные единоборства»* 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 44.03.02 – «Туризм» для осуществления деятельности в области физической культуры.

Дисциплина (модуль) «Восточные единоборства» реализуется на русском языке.

2. Место дисциплины (модуля) «Восточные единоборства» в структуре ООП (ОПОП)

Учебная дисциплина *«Восточные единоборства»* относится к базовой 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 физической культуры и спорта, психология и педагогика, безопасность жизнедеятельности и др.

В соответствии с этим, программа дисциплины *«Восточные единоборства»* является интегрирующей, формирующей седьмую универсальную компетенцию бакалавра.

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

**3. Перечень планируемых результатов обучения дисциплине (модулю)
«Восточные единоборства», соотнесенных с планируемыми результатами
освоения ООП**

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора(ов) достижения компетенции	
1	2	3
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	
	УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	
	УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	
	УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	
	УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	

4. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Восточные единоборства»

Общая трудоемкость дисциплины составляет
– **54 академических часа**, из них: аудиторных занятий – 20 часов,
самостоятельная работа – 34 часа.

Очная форма обучения

№	Разделы 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	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	4					
1	Общетеоретические сведения о восточных единоборствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки			6	4		
2	Базовая техника восточных единоборств			6	6		
3	Тактика восточных единоборств			4	14		
4	Интегральная подготовка в восточных единоборствах			4	10		
	Итого за семестр			20	34		
	Промежуточная аттестация						Зачет

5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) «Восточные единоборства»

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Восточные единоборства» (См. Приложение к рабочей программе дисциплины).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Восточные единоборства»:

Содержание зачетных требований по дисциплине для обучающихся на 1-м курсе очной формы обучения

Средства оценки теоретической подготовленности. Примерный перечень вопросов 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 (ЕКФ) 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 само страховка 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 само страховки.
25. Методы оказания первой до врачебной помощи.
26. Основы врачебного и педагогического контроля за состоянием здоровья занимающихся. Основные способы самоконтроля спортсмена.
27. Принципы обеспечения 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 произвольного 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.

Средства оценки практической подготовленности. Перечень типовых контрольных заданий:

КАТА: КИХОН ЁЦУХО-НО КАТА СЁДАН;

РЭН СЮХО-НО КАТА: РЭН СЮХО-НО КАТА № 1;

КУМИТЭ: ТЭЙСИКИ ИППОН КУМИТЭ – 4 зачетные формы.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля) «Восточные единоборства»

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 методике 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 Соко, 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. Найханги – главное ката Томаритэ и Сюригэ. // «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 (танрэппо) // «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. Найфанги 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.: СпортАкадемпредс, 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 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.

– *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/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

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

7.2.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.

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

7.4. Оборудование для проведения методических и самостоятельных занятий

7.4.1. Видеопроектор Sanyo PLC-XU 58 – 2006 г.

7.4.2. Диктофон OLYMPUS WS-300M – 2007 г.

7.4.3. Ноутбук Aser Aspire 5100 series – 2008 г.

- 7.4.4. Принтер HP LaserJet 1320 – 2007 г.
- 7.4.5. Сканер EPSON 2480 – 2005 г.
- 7.4.6. Копировальный аппарат Canon MF 4150 – 2007 г.
- 7.4.7. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 710 LCD и системный блок) – 2005 г.
- 7.4.8. Стационарный компьютер (монитор 17" Samsung 740 N и системный блок) – 2007 г.
- 7.4.9. Плеер DVD ВВК – 2007 г.
- 7.4.10. Принтер HP LaserJet P2015D – 2007 г.
- 7.4.11. Телевизор LCD Sony KDL-32U2000 – 2007 г.
- 7.4.12. Монитор сердечного ритма Polar S-610.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «**Восточные единоборства**» для обучающихся института **Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**, 2 курса, направления подготовки 44.03.02 – «Туризм», профилю – «Технология и организация турператорских и турагентских услуг» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: *Теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств*

Сроки изучения дисциплины (модуля): *4 семестр*

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 единоборствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки»:		Всего 30
	1. Безопасность и профилактика травматизма на занятиях каратэдо	23 неделя	5
	2. Генезис восточных единоборств	25 неделя	5
	3. Основы дистанционного и визуального взаимодействия в каратэдо	31 неделя	5
	4. Сведения о каратэдо специального характера	34 неделя	5
	5. Сведения о технике, тактике и методике подготовки в каратэдо	40 неделя	5
	6. Система организации учебного процесса в каратэ	43 неделя	5
2	Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Базовая техника восточных единоборств»:		Всего 20
	1. Средства обеспечения	24 неделя	5
	2. Средства нападения	25 неделя	5
	3. Средства защиты	31 неделя	5
	4. Комбинации приёмов	32 неделя	5
3	Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Тактика восточных единоборств»:		Всего 10
	1. Тактика нападения	34 неделя	5
	2. Тактика обороны	36 неделя	5
4	Контроль освоения практических навыков, входящих в раздел «Интегральная подготовка в восточных единоборствах»:		Всего 15
	1. Индивидуальная интегральная подготовка	40 неделя	5
	2. Боевая интегральная подготовка	41 неделя	10
5	Рубежный контроль: зачёт	43 неделя	15
6	Посещение занятий	В течение семестра	10
Итого			100

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

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

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

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное количество баллов
1	<i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i>	5
2	<i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i>	5
3	<i>Презентация по теме пропущенного занятия</i>	5

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 зачёту.

Количество баллов в обязательных заданиях начисляется в соответствии с качеством их выполнения согласно критериями, указанными в разделе ООП (ОПОП) «Оценочные средства (фонд оценочных средств) основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы)». 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. В случае неудовлетворительного выполнения задания баллы не начисляются.

К зачёту допускается студент, набравший не менее 46 баллов, имея возможность, сдав зачёт на «отлично» (15 баллов), получить оценку D по шкале ECTS.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся зачётом

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 фехтования, современного пятиборья,
восточных боевых искусств**

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
«Восточные единоборства»**

Направление подготовки/специальность:
44.03.02 – «Туризм»
(код и наименование)

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021

Составитель:

Орлов Юрий Леонидович, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики фехтования, современного пятиборья, восточных боевых искусств РГУФКСМиТ.

1. Общая трудоемкость дисциплины составляет – **54 академических часа**, из них: аудиторных занятий – 20 часов, самостоятельная работа – 34 часа.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): **4 семестр**.

3. Цель освоения дисциплины

Основной целью программы дисциплины «Восточные единоборства» 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 44.03.02 – «Туризм» для осуществления деятельности в области физической культуры.

Дисциплина (модуль) «Восточные единоборства» реализуется на русском языке.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «Восточные единоборства».

Шифр компетенции / код индикатора(ов) достижения компетенции	Планируемые результаты обучения дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора(ов) достижения компетенции	
1	2	3
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	4
	УК-7.1. Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	
	УК-7.4. Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	
	УК-7.5. Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	
	УК-7.6. Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	
	УК-7.8. Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	
	УК-7.10. Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	

Перечисляются формируемые в результате изучения дисциплины (модуля) компетенции (указывается только шифр). Перечень компетенций приводится в соответствии с ФГОС, учебным планом и матрицей. Также описываются знания, умения, навыки и/или опыт деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций и обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения ООП (ОПОП).

1. Краткое содержание дисциплины (модуля) «Восточные единоборства»

Очная форма обучения

№	Разделы 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	Практические занятия	Самостоятельная работа	Контроль	
	ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ	4					
1	Общетеоретические сведения о восточных единоборствах, их истории, технике, тактике и методике подготовки			6	4		
2	Базовая техника восточных единоборств			6	6		
3	Тактика восточных единоборств			4	14		
4	Интегральная подготовка в восточных единоборствах			4	10		
	Итого за семестр			20	34		
	Промежуточная аттестация						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 тяжелоатлетических видов спорта
им. А.С. Медведева**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.02.10

**«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту
(ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИЕ ВИДЫ СПОРТА)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 43.03.02 Туризм

(код и наименование)

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
решением заседания кафедры Теории и методики
тяжелоатлетических видов спорта
им. А.С. Медведева

Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
ТиМ ТАВС им. А.С. Медведева
Протокол № от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Атлас Александр Александрович – преподаватель кафедры ТиМ
тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева РГУФКСМиТ.

1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту («Тяжелоатлетические виды спорта») является поддержание должного уровня физической подготовленности студента для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами тяжелоатлетических видов спорта. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту «Тяжелоатлетические виды спорта» является одной из дисциплин по выбору элективных курсов по физической культуре и спорту цикла дисциплин ФГОС ВО 3++ по направлению 43.03.02 Туризм, профилю «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг».

Освоение курса включает также подготовку к выполнению требований по выполнению практических нормативов по тяжелоатлетическим видам спорта.

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	2	3
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	5
УК-7.1.	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности	5
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря	5

УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта	5
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности	5
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	5
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений	5
УК-7.9.	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности	5
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	5

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 56 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	1. Организация и построение тренировочного процесса средствами тяжелоатлетических видов спорта	5					
2	1.1. Организация и построение тренировочного процесса средствами тяжелой атлетики	5		8	12		
3	1.2. Организация и построение тренировочного процесса средствами пауэрлифтинга	5		4	6		
4	1.3. Организация и построение тренировочного процесса средствами гиревого спорта	5		4	6		
5	1.4. Организация и построение тренировочного процесса с использованием тренажерных устройств	5		2	6		
6	1.5. Организация и построение тренировочного процесса на основе упражнений с собственным весом тела	5		2	6		
Итого часов: 56			-	20	36		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).

Контрольные вопросы к зачету

1. Характеристика тяжёлой атлетики как вида спорта и его прикладное значение.
2. Техника подъёма штанги на грудь для толчка.
3. Характеристика пауэрлифтинга как вида спорта и его прикладное значение.
4. Техника рывка штанги.
5. Характеристика бодибилдинга как вида спорта и его прикладное значение
6. Техника толчка штанги от груди.
7. Характеристика гиревого спорта и его прикладное значение.
8. Основные принципы прикладной скоростно-силовой подготовки.
9. Метод максимальных усилий при воспитании силовых способностей.
10. Базовые упражнения для мышц-сгибателей нижних конечностей и техника их выполнения.
11. Повторно-серийный метод при воспитании силовых способностей.

12. Базовые упражнения для мышц-разгибателей туловища и техника их выполнения.
13. Метод интервальной тренировки с использованием отягощений.
14. Базовые упражнения для мышц-сгибателей туловища и техника их выполнения.
15. Метод круговой тренировки с использованием отягощений.
16. Базовые упражнения для мышц-разгибателей плечевого пояса и техника их выполнения.
17. Характеристика центрально-нервного фактора, влияющего на проявление скоростно-силовых способностей.
18. Базовые упражнения для мышц-сгибателей плечевого пояса и техника их выполнения.
19. Характеристика мышечных факторов, влияющих на проявление скоростно-силовых способностей.
20. Базовые упражнения для мышц-разгибателей нижних конечностей и техника их выполнения.
21. Локальные упражнения для мышц-разгибателей нижних конечностей и техника их выполнения.
22. Характеристика энергетических факторов, влияющих на проявление скоростно-силовых способностей.
23. Характеристика психолого-педагогических факторов, влияющих на проявление скоростно-силовых способностей.
24. Локальные упражнения для мышц-разгибателей туловища и техника их выполнения.
25. Характеристика гигиенических факторов, влияющих на проявление скоростно-силовых способностей.
26. Локальные упражнения для мышц-сгибателей туловища и техника их выполнения.
27. Локальные упражнения для мышц-разгибателей плечевого пояса и техника их выполнения.

28. Локальные упражнения для мышц-сгибателей плечевого пояса и техника их выполнения.

29. Локальные упражнения для мышц-сгибателей нижних конечностей и техника их выполнения.

30. Техника выполнения соревновательных упражнений в пауэрлифтинге.

31. Применение комплексов упражнений с гантелями в оздоровительных целях.

32. Применение комплексов упражнений на тренажёрах в оздоровительных целях.

33. Применение комплексов упражнений с гириями в оздоровительных целях.

34. Применение комплексов упражнений скоростно-силового характера с весом собственного тела и подручных средств в оздоровительных целях.

35. Правила использования и обслуживания тренировочного и соревновательного инвентаря и оборудования в тяжелоатлетических видах спорта.

36. Основные приемы страховки и само страховки при работе со свободными отягощениями.

37. Основные приемы страховки и само страховки при работе на тренажерных устройствах.

38. Типичные травмы при занятиях силовой подготовкой.

39. Профилактика травм при занятиях силовой подготовкой.

40. Особенности занятий силовой подготовкой с различным контингентом занимающихся.

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

а) Основная литература:

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

4.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.

5.Шейко, Б.И. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горюлев, 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.Клусов, Е.А. Круговая тренировка в пауэрлифтинге: 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.

3.Цацулин, П. Гиревой тренинг: Уникал. методика тренировки с гирями / Павел Цацулин. - М.; СПб.: Питер, 2016. - 167 с.: ил.

4.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»:

a) <http://www.minsport.gov.ru> – Министерство спорта РФ

b) www.rfwf.ru – сайт Федерации тяжелой атлетики России

c) www.fpr-info.ru - информационный сайт ФПР

d) www.vfgs.ru – Всероссийская федерация гиревого спорта

e) www.fbbr.org/ - Федерация бодибилдинга 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 централизованно 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 -Microsoft Word -Microsoft Excel -Microsoft PowerPoint -Microsoft Outlook	Семейство офисных систем. Предназначены для автоматизации и информационного обеспечения образовательной, научной, административной, управленческой или иной практической деятельности Университета. Устанавливаются централизованно 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: <i>Редактор текстовый, Редактор табличный, Редактор деловой графики и презентаций Почтовая программа, организатор, планировщик задач.</i>
3.	Adobe Acrobat DC	Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа (.pdf). Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
4.	WinRAR (WinZip)	Архиватор файлов. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.
5.	Dr.Web	Локальная антивирусная программа. Устанавливаются централизованно на все персональные компьютеры при организации автоматизированных рабочих мест ППС.

–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 «Рукопт» ЭБС www.rucont.ru.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Для обеспечения учебно-тренировочного процесса по освоению дисциплины «Тяжелоатлетические виды спорта» требуется наличие следующего инвентаря и оборудования:

1. Свободные отягощения – тяжелоатлетические грифы (мужские и женские) и грифы для пауэрлифтинга с набором дисков, гантели разной массы, гири, имитационные снаряды.
2. Тренажеры и грузоблочные устройства для тренировки отдельных мышечных групп.
3. Вспомогательный инвентарь – плиты, гимнастические скамейки, лямки тренировочные, магнезия
4. Учебные плакаты, видеофильмы, презентации

Для более качественного освоения дисциплины, демонстрации наглядного материала, требуются ученические доски, проекторы, компьютерная техника. Практические занятия проходят в аудиториях №№ 42 (спортивный зал) и 50 спортивного корпуса. Аудитория №50 (компьютерный класс) оборудована для проведения практических занятий с использованием компьютерной техники, имеет выход в Интернет.

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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Тяжелоатлетические виды спорта» для обучающихся
Гуманитарного института по направлению 43.03.02 Туризм, профилю
«Технология и организация туроператорских и турагентских услуг».

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ ТАВС им. А.С. Медведева.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр для очной формы обучения

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) ¹	Максимальн. кол-во баллов
1	Сдача контрольных нормативов: «Техника тяжелоатлетических упражнений» Рывок/толчок	<i>В течение курса обучения</i>	15
2	Сдача контрольных нормативов: «Техника тяжелоатлетических упражнений» Приседания, жим, тяга	<i>В течение курса обучения</i>	15
3	Сдача контрольных нормативов: «Техника тяжелоатлетических упражнений» Гиревой спорт	<i>В течение курса обучения</i>	15
4	Сдача контрольных нормативов: «Техника тяжелоатлетических упражнений» Бодибилдинг	<i>В течение курса обучения</i>	15
5	Тестирование по теме «Основы тяжелоатлетических видов спорта»	<i>В течение курса обучения</i>	10
6	Посещение учебных занятий	<i>За весь семестр</i>	10 (1/1)
	<i>Зачёт</i>		20
	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание реферата по теме «Название»*</i>	15
2	<i>Презентация к реферату по теме «Название»*</i>	10

*Примерные темы рефератов

1. Характеристика тяжелоатлетических видов спорта (тяжёлая атлетика, пауэрлифтинг, бодибилдинг, гиревой спорт) и их прикладное значение.
2. Факторы, влияющие на проявление силовых способностей.
3. Методы воспитания скоростно-силовых способностей.
4. Развитие выносливости с использованием отягощений.
5. Развитие гибкости с использованием отягощений.
6. Физическая подготовка с использованием средств тяжелоатлетических видов спорта.

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)
Б1.В.ДВ.01.10
«Элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту
(ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИЕ ВИДЫ СПОРТА)»
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)**

Направление подготовки/специальность: 43.03.02 Туризм
(код и наименование)

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля): 56 академических часов

2.Семестр освоения дисциплины (модуля): 5

3. Цель освоения дисциплины (модуля): Целью освоения элективной дисциплины по физической культуре и спорту (Тяжелоатлетические виды спорта) является поддержание должного уровня физической подготовленности студента для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами тяжелоатлетических видов спорта. Дисциплина реализуется на русском языке.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю): Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7).

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	1. Организация и построение тренировочного процесса средствами тяжелоатлетических видов спорта	5					
2	1.1. Организация и построение тренировочного процесса средствами тяжелой атлетики	5		8	12		
3	1.2. Организация и построение тренировочного процесса средствами пауэрлифтинга	5		4	6		
4	1.3. Организация и построение тренировочного процесса средствами гиревого спорта	5		4	6		
5	1.4. Организация и построение тренировочного процесса с использованием тренажерных устройств	5		2	6		
6	1.5. Организация и построение тренировочного процесса на основе упражнений с собственным весом тела	5		2	6		
Итого часов: 56			-	20	36		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 индивидуально-игровых и интеллектуальных
видов спорта**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный
теннис»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность:

43.03.02 «Туризм»

(код и наименование)

Направленность (профиль) подготовки: «Технология и организация
туроператорских и турагентских услуг»

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована решением заседания кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта
Протокол 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины обновлена на основании решения заседания кафедры Теории и методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта

Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

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

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

Цель 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 43.03.02 «Туризм» и профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг». 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 профилю 43.03.02 «Туризм».

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

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	5	
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	5	
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	5	
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	5	
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	5	
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	5	
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	5	

4. Структура и содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»

Общая трудоемкость дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» составляет для очной формы обучения **56 академических часа**, из них 20 часов практических и 36 часов самостоятельной работы.

Структура и содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»

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. Настольный теннис в системе физического воспитания России	5			2		
2	2. Техника настольного тенниса	5		8	12		
3	2.1. Основы техники игры в настольный теннис	5		4	6		
4	2.3. Методика обучения техническим действиям и передвижениям	5		4	6		
5	3. Тактика настольного тенниса	5		4	8		
6	3.1. Основы тактики игры в настольный теннис	5		2	4		
7	3.2. Тактика одиночных, парных и командных игр	5		2	4		
8	4. Настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы	5		4	6		
9	4.1. Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	5		2	2		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	5		2	4		
11	5. Правила соревнований и методика судейства. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	5		4	8		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика организации и судейства соревнований	5		2	4		
13	5.2. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	5		2	4		
Итого часов: 56				20	36		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.

- 1.Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»
- 2.Контрольный норматив подачи (5 справа, 5 слева)
- 3.Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали
- 4.Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали
- 5.Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали
- 6.Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали
- 7.Участие в одиночных соревнованиях
- 8.Участие в парных соревнованиях
- 9.Судейство соревнований
- 10.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 занятии 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 оборудовании, 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.

Примерный перечень заданий тем рефератов для самостоятельной работы

1. История возникновения и развития настольного тенниса.
2. Выдающиеся отечественные игроки в настольный теннис.
3. Настольный теннис в Олимпийских играх.
4. Эволюция и развитие инвентаря для игры в настольный теннис.
5. Эволюция и развитие правил игры в настольный теннис. Причины введения новых правил игры с 2001 года.
6. Виды соревнований в настольном теннисе.
7. Техника игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.
8. Тактика игры в настольный теннис. Современные тенденции развития.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Элективный курс по физической культуре и спорту: настольный теннис».

а)Основная литература:

1. Барчукова Г.В. Настольный теннис для всех, М., ФиС, 2008
2. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Настольный теннис. Учебное пособие для студентов./ М.:ТВТ Дивизион, 2008
3. Команов В.В., Барчукова Г.В. Начальная подготовка в настольном теннисе. Методическое пособие – М.: Информпечать, 2017.
5. Правила игры, судейство и организация соревнований по настольному теннису / Ред.-составитель проф. Барчукова Г.В. – М.: СпортАкадемПресс, 2002

б)Дополнительная литература:

- 1.Амелин А.Н., Пашинин В.А. Настольный теннис Азбука спорта / А.Н. Амелин. - М.: ФиС, 1999
- 2.. Байгулов Ю.П. Настольный теннис Вчера, сегодня, завтра / Ю.П. Байгулов. - М., 2000
- 3.Барчукова Г.В. Учись играть в настольный теннис. / Г.В. Барчукова. - М., 1991
- 4.Вартанян М.М., Терешкин Н.П. Российская энциклопедия настольного тенниса. – Изд. 2-е доп. – Магнитогорск: Магнитогорский Дом печати, 2014
5. <https://personsport.ru/vidy-sporta/nastolnyj-tennis> - правила игры в настольный теннис

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

- <http://www.ittf.com> Официальный сайт Международной федерации настольного тенниса
- <http://www.fintr.ru> Официальный сайт федерации настольного тенниса России
- <http://pgks.sportedu.ru/content/resurs-ttonmediothek-na-youtubecom>
- <http://www.youtube.com/ttonmediothek>

<http://tabletennis.hobby.ru> сайт настольный теннис в России

<http://www.rustt.ru> Российский портал о настольном теннисе

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1.Операционная система – Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15

2.Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30

3.Локальная антивирусная программа - Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30

4.Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

–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 «Рукопт» 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 «Элективная дисциплина 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.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.

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. Столы для настольного тенниса

5. Мячи для настольного тенниса

6. Сетки настольного тенниса.

7. Ракетки для настольного тенниса.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» для обучающихся института туризма рекреации, реабилитации и фитнеса 3 курса, направления подготовки 43.03.02 «Туризм» и профилю подготовки «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

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

Сроки изучения дисциплины: 5 семестр

Форма промежуточной аттестации: *зачёт 5 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) ¹	Максимальное кол-во баллов
1	Контрольный норматив «жонглирование теннисным мячом»	2 неделя	5
2	Контрольный норматив подачи (5 справа, 5 слева)	4 неделя	5
3	Выполнение 15 ударов накатом по правой диагонали	6 неделя	5
4	Выполнение 15 ударов накатом по левой диагонали	8 неделя	5
5	Выполнение 15 ударов срезкой по правой диагонали	10 неделя	5
6	Выполнение 15 ударов срезкой по левой диагонали	12 неделя	5
7	Участие в одиночных соревнованиях	13 неделя	5
8.	Участие в парных соревнованиях	15-18 неделя	5
9.	Судейство соревнований	15-18 неделя	5
10.	Проведение разминки	В течение семестра	5
11.	Посещение занятий	В течение семестра	30
12.	Зачёт		20
13.	ИТОГО		100 баллов

¹ Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

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

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 индивидуально-игровых и интеллектуальных
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/специальность:

43.03.02 «Туризм»

(код и наименование)

Направленность (профиль) подготовки:

«Технология и организация туроператорских и турагентских услуг»

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис» составляет 56 часов для очной формы обучения.

2.Семестр освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»: 5 семестр

3. Цель освоения дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»: является: сформирование у студентов представления 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 дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»:

Шифр компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)	
		Очная форма обучения	Заочная форма обучения
1	3	4	5
УК-7	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	5	
УК-7.2.	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	5	
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	5	
УК-7.5.	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений	5	
УК-7.7.	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	5	
УК-7.8.	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	5	
УК-7.10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов	5	

**5.Краткое содержание дисциплины «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту: настольный теннис»:
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. Настольный теннис в системе физического воспитания России	5			2		
2	2.Техника настольного тенниса	5		8	12		
3	2.1.Основы техники игры в настольный теннис	5		4	6		
4	2.3.Методика обучения техническим действиям и передвижениям	5		4	6		
5	3.Тактика настольного тенниса	5		4	8		
6	3.1.Основы тактики игры в настольный теннис	5		2	4		
7	3.2.Тактика одиночных, парных и командных игр	5		2	4		
8	4.Настольный теннис в сфере массово-оздоровительной работы	5		4	6		
9	4.1.Техника безопасности в занятиях настольным теннисом	5		2	2		
10	4.2. Совершенствование общих и специальных физических качеств средствами настольного тенниса	5		2	4		
11	5.Правила соревнований и методика судейства. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	5		4	8		
12	5.1. Правила игры в настольный теннис и методика организации и судейства соревнований	5		2	4		
13	5.2. Спортивный инвентарь для игры в настольный теннис	5		2	4		
Итого часов: 56				20	36		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 Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.ДВ.02.11. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
(ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ)

Направление подготовки/специальность:

43.03.02 ТУРИЗМ

Направленность (профиль):

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРОПЕРАТОРСКИХ И
ТУРАГЕНТСКИХ УСЛУГ

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная

Год набора: 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением
заседания кафедры Режиссуры массовых
спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова
Протокол №__ от «__» _____ 20__ г.

Составитель:

Томашевич Анастасия Михайловна, кандидат педагогических наук, доцент
кафедры Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им.
В.А. Губанова РГУФКСМиТ

1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Дисциплина "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" имеет своей целью создание у обучающихся целостного представления и приобретения знаний, умений и овладение практическими навыками проведения подвижных игр при помощи формирования у обучающихся общекультурной компетенции УК-7 в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 43.03.02 "Туризм" с учетом специфики профиля "Технология и организация турператорских и турагентских услуг".

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" предназначена для подготовки бакалавров по направлению подготовки 43.03.02 "Туризм" с учетом специфики профиля "Технология и организация турператорских и турагентских услуг".

Дисциплина "Подвижные игры" и относится к «Блоку 1. Часть, формируемая участниками образовательных отношений. Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.» учебного плана.

Данная дисциплина определяет способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Освоения дисциплины "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на ранее пройденных дисциплинах/практиках – «Физическая культура и спорт», «Гимнастика», Легкая атлетика», «Гандбол», «Волейбол», «Баскетбол».

- изучение дисциплины предшествует освоению следующих дисциплин/практик – «Практика по получению первичных навыков в сфере туризма», «Практика по получению профессиональных навыков в сфере туризма».

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

Шифр компетенции /код индикатора (ов) достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</i>	6	-	-
УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	6	-	-
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности.	6	-	-
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	6	-	-

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет:
-56 академических часов для очной формы обучения.

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 семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Особенности методики проведения подвижных игр с разным контингентом.	6		4	6		
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений	6		6	6		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов	6		6	6		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в туриндустрии	6		4	6		
							Зачет
Итого часов:				20	36		

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 "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)".

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета в 6 семестре
на очной форме обучения.

Вопросы выносимые на зачет.

1. Определение понятия игры.
2. Отличие подвижных игр от спортивных.
3. Аспекты применения подвижных игр.
4. Педагогические задачи подвижных игр.
5. Методика решения педагогических задач в игре.
6. Критерии отбора игры на занятиях.
7. Подготовка площадки к игре (подготовка места игры и инвентаря, разметка площадки).
8. Способы выбора водящего и их характеристика.
9. Выбор помощников и капитанов.
10. Способы разделения на команды и их характеристика.
11. Требования к рассказу и последовательность объяснения игры.
12. Роль и место в проведении игры показа и объяснения.
13. Руководство игрой, судейство и дозировка игры.
14. Требования к окончанию игры и подведению итогов.
15. Возникновение игры.
16. Характеристика игр дошкольников
17. Характеристика подвижных игр для школьников 1-4 классов.
18. Характеристика подвижных игр учащихся 5-8 классов.
19. Характеристика подвижных игр учащихся 9-11 классов.
20. Игры за рубежом.
21. Игры в Древней Руси.
22. Русские народные игры: детские, девичьи, мужские, обоего пола.
23. Игры и их значение в обрядовых праздниках.
24. Значение игр и их использование в современных праздниках.
25. Игры в спортивно-развлекательных программах на телевидении.

26. Игры и их значение в анимационной деятельности.
27. Игры на воздухе и их значение.
28. Игры на воде и их значение.
29. Виды анимационных мероприятий.
30. Подбор подвижных игр для анимационного мероприятия
31. Спортивно-развлекательные программы. Виды и формы.
32. Особенности подбора подвижных игр для спортивно-развлекательного мероприятия.
33. Особенности организации игр в анимационных и спортивно-развлекательных программах.
34. Забытые игры.
35. Особенности в организации и проведении соревнований по «Подвижным играм».
36. Особенности методики проведения Подвижных игр в туриндустрии.
37. Виды эстафет.
38. Положительные стороны игр эстафет.
39. Отрицательные стороны игр-эстафет.
40. Подбор и адаптация игры-эстафеты для определенного контингента.
41. Значение игр-эстафеты и их использование в современных праздниках.
42. Игры-эстафеты в спортивно-развлекательных программах на телевидении.
43. Игры-эстафеты и их значение в анимационной деятельности.

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

а) Основная литература:

1. Подвижные игры в занятиях спортом: учеб. пособие: [Утв. и рек.ЭмсИВиФС ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ] / Томашевич А.М. [и др.]; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образов. Учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М.: [Изд-во РГУФКСМиТ], 2014. - 332 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей младшего возраста: учебное пособие. – М.: Физическая культура, 2008.
2. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры для детей среднего и старшего возраста: учебное пособие. – М.: Физическая культура, 2008.
3. Петров Б.Н. Массовые спортивно-художественные представления : основы режиссуры, технологии, организации и методики : учеб. для студентов вузов, обучающихся по спец. 070209 - Режиссура театрализ. представлений и праздников : рек.УМО по образованию в обл. народ. худож. творчества, социально-культур. деятельности и информ. ресурсов / Б.Н. Петров. - М.: Дивизион, 2006. - 375 с.: ил.
4. Агалова Н.С. и др. Народные игры для детей: организация, методика, репертуар/. Сборник игр и развлечений по традиционной народной культуре. Гос. респ. центр русского фольклора.- М., 1995.
5. Белинович В.В. Игры в избе: пособие по работе. – М., С.-К.Краев и Дон. Сов. физ. Культуры, 1926.
6. Былеева Л.В. Подвижные игры: Учеб. Пособие для институтов физ. культуры: Доп. Ком. По физ. Культуре и спорту / Былеева Л.В., Коротков И.М. .- 5-е изд.,

- перераб. И доп. – М.: ФиС, 1982. – 224 с.: ил
7. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В., Кузьмичева Е.В. –Подвижные игры: Учебное пособие для ВУЗов и ССУЗов физической культуры: Рек. Гос. Ком. РФ по физ. Культуре, спорту и туризму.- М.:СпортАкадемПресс, 2002 .- 229 с.
 8. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В., Кузьмичева Е.В. – Подвижные игры. Практический материал: Учебное пособие для студентов ВУЗов и ССУЗов физической культуры: Рекомендовано Гос Ком. Рос. Федерации по физ. культуре, спорту и туризму – М.: СпортАдемПресс, 2002.-279 с.: ил.
 9. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В., Кузьмичева Е.В. – Подвижные игры: учебник. – М.: Физическая культура, 2007.
 10. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФИС, 1971.
 11. Климова Р.В., Кузьмичева Е.В., Салахудинова Е.С., Томашевич А.М. Основные понятия об игре и методика проведения подвижных игр: Методические рекомендации для студентов дневной и заочной форм обучения. – М.: РГУФКСМиТ, 2011.
 12. Кузьмичева Е.В. и др. Адаптация принципиальной схемы проведения подвижных игр к решению конкретной педагогической задачи физкультурно-спортивной работы: Пособие для студентов. – М.: РГАФК, 1996.
 13. Былеева Л.В., Григорьев В. Игры народов СССР. – М.:ФИС, 1987.
 14. Былеева Л.В. (и др). Подвижные игры. Практический материал: учеб. пособие для студентов вузо и сред. спец. учеб. завед. Физ. Культуры: Рек. Гос. Ком. РФ по физ. Культуре и туризму– М.: ТВТ Девизион, 2005 – 277 с.: ил.
 15. Былеева Л.В. Сборник подвижных игр. ФиС, 1960. – 204 с.
 16. Былеева Л.В. Подижные игры: учеб.пособие для ин-товфиз.культуры: доп. Ком. По физ. Культуре и спорту /Былеева Л.В., Коротков И., Яковлев В. – 4-е изд., перераб. И доп. – М.: ФиС, 1974.-208 с.: ил.
 17. Былеева Л.В. Русские народные игры./ В2-х ч. – М.: Сов. Россия, 1988.
 18. Былеева Л.В., Яковлев В. Г. Подвижные игры. Учебное пособие для институтов физической культуры. ФиС, 1965. – 192 с.

19. Веселая физкультура: Учеб. Для учащихся 1 кл. четырехлетней нач. шк.- М.: Просвещение, 1996.- 64 с.: ил.
20. Геллер Е.М. Веселые старты. - М.: ФИС,1978.
21. Геллер Е.М. Игры на переменах для детей 4-6 классов.- М.: ФИС,1985
22. Геллер Е.М. Игры для школьников 7-8 классов.- М.: ФИС, 1985.
23. Геллер Е.М. «Спортландия». Минск, изд-во «Народная асвета»,1969. - 103 с.
24. Геллер Е.М. и Когут Л.П. На коньках, салазках, лыжах. Минск, изд-во «Народная асвета», 1967. – 118 с
25. Генкин Д.М. Массовые праздники : Учеб. пособие для студентов ин-тов культуры / Генкин Д.М. - М.: Просвещение, 1975. - 140 с.: ил.
26. Глейберман А.Н. Игры для детей (Спорт в рисунках). Изд-во «ФиС». 2006.
27. Гриженя В.Е. организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: учеб.-метод. пособие по курсу дисциплины «Подвижные игры» /В.Е.Гриженя. –М.: Сов. Спорт, 2005.- 38 с.: табл.
28. Голуб О.С. Подвижные игры в подготовке спортивных резервов по гандболу: Учеб.-метод. пособие./ Академ. Физ. воспитания и спорта Респ. Беларусь.- Минск, 1995.
29. Губанов В.А. Проведение занятий гимнастикой с музыкальным сопровождением : метод. разработ. для студентов ГЦОЛИФКа / Губанов В.А., Губанова М.И.; ГЦОЛИФК. - М., 1989. - 39 с.
30. Державец М. Игровые упражнения на местности: В помощь вожатому./ Ставрополь. Краевой совет проф. Союзов.- Севастополь: Ставропол. книжн.изд-во, 1967.
31. Детские игры и загадки народов Поволжья./Самар. Инст-т повыш. квалификации и переподготовки работников образования.- Самара, 1994.
32. Детские народные подвижные игры: Книга для воспитателей детских садов и родителей./ Сост. Кенеман А.В., Осокина Т.И. – М.: Просвещение, 1995.
33. Жуков М.Н. Подвижные игры: Учебник для студентов пед. вузов. – М.: Академия, 2000. – 159 с.: ил.

34. Игры и развлечения./ Составитель Фирсова Л.М. – М.: Мол. гвардия, 1990.
35. Игры на свежем воздухе – М.: Изд. Дом МСП, 1998.
36. Козак О.Н. Большая книга игр для детей от 3 до 7 лет.- СПб.: Союз, 1999.
37. Коротков И.М. Игры в школе. – М.: Просвещение, 1971.
38. Кузин В.В., Полиевский С.А. 500 игр и эстафет. - М.: ФИС, 2000.
39. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений.- М.:ФИС, 1952-53.
40. Львов Л.Г. и др. Подвижные игры: Методические указания для студентов педагогических факультетов ИФК: МОГИФК. – Великие Луки, 1986.
41. Макаренко А.С. Лекции о воспитании детей. - М.: Педагогика, 1977, т.2.
42. Народные игры в системе воспитания детей и подростков: Расширен. практическое пособие для специалистов физкульт.-оздоровит., спортивной и туристической деятельности. / МГАФК.- М., 1998.
43. Панкеев И.А. Русские народные игры. – М.: Яуза: Эксмо-пресс, 1998.
44. Перепекин В.А. и др. Подвижные игры в учебно-тренировочных занятиях футболом: Методические указания/ СГИФК. – Смоленск, 1994.
45. Подвижные игры в уроках групп здоровья: Метод. Письмо/ Ленингр. НИИ физ. Культ. – Л.: Б.И., 1972.
46. Подвижные игры и игровые упражнения для начинающих фехтовальщиков: Метод. Рекомендации для тренеров. – Фрунзе, 1984.
47. Протасова М.В. Применение подвижных игр в занятиях со студентами специальных медицинских групп: Методические указания: МГУПС. –Москва, 2001г.
48. Скотак А. Гимнастические игры: Руководство для ведения подвижных игр в учеб. заведениях/ Учен. Ком. М-ва народ. Просвещения.-2-е изд., испр. - СПб: Издал В.Березовский: Тип. Э. Арнгольда, 1907.- 264 с.
49. Спортивно-игровой метод физического воспитания. Пер. с франц. ФиС,1959. – 287 с.
50. Стаховская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 до 14 лет. – М.: Новая школа, 1994.
51. Физическая культура в школе. Методика уроков в 1-3 классах. Под ред.

Богданова Г.П. «Просвещение», 1971.- 192 с.

52. Физическая культура в школе. Методика уроков в 4-8 классах. Под ред.

Кузнецовой З.И. «Просвещение», 1972.- 361 с.

53. Физкультурное граффити – игры, эстафеты, аттракционы и забавы. – М.: Б.И., 1996.

54. Яковлев В.Г. Подвижные игры учащихся 5-7 классов: Пособие для преподавателей физ. Воспитания и пионервожатых. – М.: Гос. Уч. Пед. Изд. Министерства просвещения РСФСР, 1952.

55. Кузьмичева Е.В. Подвижные игры. Учебник – М.: Физическая культура, 2006.- 288 с.

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (Базы данных, информационно-справочные и поисковые систем, в том числе международных реферативных баз данных научных изданий, используемых в РГУФКСМиТ на законных основаниях). В том числе:

1. <http://www.edu.ru/> - "Российское образование федеральный портал".

2. <http://минобрнауки.рф/> - сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

3. <https://infourok.ru/podvizhnie-igri-v-turisticheskom-pohode-3327853.html>

4. <https://www.maam.ru/detskijasad/opisanie-igr-yestafet-na-turisticheskuyu-temu-ispolzuemyh-vo-vremja-turisticheskikh-pohodov-sportivnyh-dosugov-razvlechenii.html>

5. <https://bo-volna.ru/les/igry-dlya-pohoda-vo-cto-poigrat-v-pohode-vzroslym-i-detyam.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):*

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.
6. Доступ в сеть Интернет.

–*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/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Освоение дисциплины "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийная аудитория, вместимостью более 20 человек.

Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: аудиторная мебель – столы, стулья, мультимедийного проектора,

автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также трибуны преподавателя, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.

2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) 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.

4. Спортивный зал с помещением для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования и инвентаря.

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине ЭЛЕКТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ (ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ)
для обучающихся института ТУРИЗМА, РЕКРЕАЦИИ, РЕАБИЛИТАЦИИ И
ФИТНЕСА, 3 курса,
по направлению подготовки 43.03.02 ТУРИЗМ
профиль "ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРПЕРАТОРСКИХ И
ТУРАГЕНТСКИХ УСЛУГ"
очная форма обучения.

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений им.
В.А. Губанова

Сроки изучения дисциплины: 6 семестр очная форма обучения.

Форма промежуточной аттестации: зачет в 6 семестре на очной форме
обучения.

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

Виды работы обучающихся на очной форме обучения на занятиях в 6 семестре

№	Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости	Сроки проведения на очной форме обучения в неделях	Макси- мальное количество баллов
1.	Разработка и написание конспекта подвижной игры по заданию	23-25 недели	5
2.	Проведение подвижной игры по заданию с учетом методики проведения.	26-27 недели	15
3.	Разработка и написание конспекта игры-эстафеты или игры-аттракциона по заданию	34 -35 недели	5
4.	Проведение игры-эстафеты или игры- аттракциона по заданию	35-38 недели	15
5.	Посещение занятий	В течение семестра	1 балл x 1 занятие

			(2 ак. часа) =10 баллов
6.	Подбор и запись подвижных игр с учетом методики организации, адаптации и проведения подвижных игр в туриндустрии	В течение семестра	30
7.	Зачет по дисциплине	42 неделя	20
	ИТОГО за 6 семестр		100 баллов

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия
(на усмотрение преподавателя)*

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Написание реферата по теме:</i> Подвижные игры на воздухе и их значение. Подвижные игры на воде и их значение. Подвижные игры в анимационной работе с детьми. Подвижные игры в анимационной работе с молодежью и взрослыми. Подвижные игры для детей дошкольного возраста. Подвижные игры для детей младшего школьного возраста. Подвижные игры для воспитания ловкости. Подвижные игры для воспитания силы. Подвижные игры для воспитания выносливости. Подвижные игры для воспитания быстроты. Подвижные игры для воспитания гибкости.	15
2	<i>Выполнение презентации по темам:</i> История возникновения и развития подвижной игры. Выбор игры на усмотрения педагога. Подвижные игры в разных регионах России. Народные игры регионов России.	15
3	Составление конспектов по подвижным играм (по заданию): игра для младшего школьного возраста; игра для среднего или для старшего школьного возраста; игра-эстафета.	15
4	Составление конспекта по подвижной игре (по заданию): в зависимости от предложенной формы, контингента и условий проведения.	15

Темы для написания реферата могут быть дополнены преподавателем и выбираются на его усмотрение.

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)".

- 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.

- Обучающийся может быть допущен к сдаче зачета (экзамена) только в том случае, если за одну неделю до начала сессии набрал количество баллов, вычисляемое по формуле: $61 \text{ балл} - \text{Максимальное количество баллов за зачет (экзамен)}$.

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

- По согласованию с преподавателем, обучающийся может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 10 баллов за каждое задание.

IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Шкала оценок успеваемости по дисциплине (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 Гуманитарный

Кафедра Режиссуры массовых спортивно-художественных представлений
им. В.А. Губанова

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.ДВ.02.11. Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
(ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ)

Направление подготовки/специальность:

43.03.02 ТУРИЗМ

Направленность (профиль):

ТЕХНОЛОГИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ ТУРПЕРАТОРСКИХ И
ТУРАГЕНТСКИХ УСЛУГ

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная

Год набора: 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 56 академических часа для очной формы обучения.

2. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля): 6 семестр очная форма обучения.

3. Цель освоения дисциплины (модуля):

Дисциплина "Элективные дисциплины по физической культуре и спорту (Подвижные игры)" имеет своей целью создание у обучающихся целостного представления и приобретения знаний, умений и овладение практическими навыками проведения подвижных игр при помощи формирования у обучающихся общекультурной компетенции УК-7 в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 43.03.02 "Туризм" с учетом специфики профиля "Технология и организация турператорских и турагентских услуг".

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)	Этап формирования компетенции (номер семестра)		
		Очная форма обучения	Очно-заочная форма обучения	Заочная форма обучения
1	2	3	4	5
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</i>	6	-	-

УК-7.4.	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта.	6	-	-
УК-7.6.	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности.	6	-	-
УК-7.10.	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	6	-	-

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	Занятия семинарского	Самостоятельная работа	Контроль	
1	Особенности методики проведения подвижных игр с разным контингентом.	6		4	6		
2	Методика проведения сюжетных и бессюжетных игр, игровых упражнений	6		6	6		
3	Методика проведения игр-эстафет и игр-аттракционов	6		6	6		
4	Методика организации, адаптации и проведения подвижных игр в туриндустрии	6		4	6		
							Зачет
Итого часов:				20	36		

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт спорта и физической культуры

Кафедра «Теории и методике футбола»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

«Б1.В.ДВ.02.13 – Футбол»

Направление подготовки/специальность:
43.03.02 – «Туризм»

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована решением заседания кафедры теории и методики футбола

Протокол № 1 от «23» сентября 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры теории и методики футбола
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена на основании решения заседания кафедры

(наименование)
Протокол № __ от «__» _____ 20__ г.

Составитель: Шагин Никита Игоревич - кандидат педагогических наук, старший преподаватель кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»,

Шадрин Александр Сергеевич - старший преподаватель кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

1. Семестр освоения дисциплины (модуля): 6 Семестр

2. Цель освоения дисциплины (модуля) «Футбол»:

Целями освоения дисциплины (модуля) «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 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.

3. Место дисциплины (модуля) «Футбол» в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Футбол» относится к базовому циклу ООП. Она занимает важное место в подготовке бакалавров по направлению 43.03.02 – «Туризм» 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.

4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) «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	
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	6
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников;	
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;	
УК-7-10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	

5. Структура и содержание дисциплины (модуля) «Футбол»

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1,5 зачетных единицы,**

56 академических часов.

№	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 характера	Самостоятельная работа	Контроль	
1	История возникновения и развития игры в футбол	6		2		Подготовка и защита реферата	
1.1	История возникновения и развития Международного футбола. Основные вехи развития	6		1			
1.2	История возникновения и развития Отечественного футбола. Основные вехи развития	6		1			
2	Организация проведения соревнований	6		8	16	Написание тестовых заданий	
2.1	Роль и значение соревнований. Положение о соревновании	6		2	8		
2.2	Методика судейства. Правила игры в футбол	6		4	8		
3	Техника игры в футбол	6		12	20	Сдача практических нормативов	
3.1	Техника игры	6		2	6		
3.2	Основы методики обучения и совершенствования техники	6		6	8		
3.3	Средства и методы технической подготовки футболистов	6		4	6		
Итого часов: 56			0	20	36		Зачет

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

5.1. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, в том числе самостоятельной работы, представлены в Информационной справке по дисциплине (модулю) «Футбол»

(Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля) «Футбол»

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

Норматив 1. Жонглирование мячом

Норматив выполняется в ограниченном пространстве квадрате 5х5 м. Мяч подбрасывается руками, после чего по нему производится удар в воздух ногой через себя, студент в это время разворачивается на 180 градусов. После касания мячом земли студент производит удар по мячу другой ногой, опять посылая его в воздух через себя с разворотом при этом на 180 градусов.

Оценка: «зачёт» - не менее 12 раз подряд.

Норматив 2. Введение мяча с изменением направления

Студент располагается на линии старта с мячом в ногах. После того как он начинает движение (ведение мяча), преподаватель включает секундомер и

засекает время. Необходимо обвести 5 конусов на расстоянии 5 м друг от друга и остановить мяч на линии финиша. Время фиксируется после полной остановки мяча на линии финиша.

Оценка: «зачет» - 9,5 сек

Норматив 3. Удар в ворота

С расстояния 16 м выполняется подряд пять ударов в мини-футбольные ворота (2x3 м) по неподвижному мячу. Следует попасть в ворота верхом (мяч пересек линию ворот между штангами и перекладиной полностью по воздуху).

Оценка: «зачёт» - не менее трёх точных попаданий из 5 ударов.

Темы рефератов

- 1) «Развитие футбола с 1863 года до наших дней»
- 2) «Развитие и становление футбола в Российской империи и СССР»
- 3) «Развитие и становление футбола в Российской Федерации»
- 4) «Массовые соревнования по футболу: организация и особенности проведения»
- 5) «Особенности методики судейства массовых соревнований по 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

«Футбол»:

1. Сведения об играх с мячом у различных народов в древнем мире и в средние века
2. Развитие футбола в Англии с середины XIX века до образования ФИФА
3. Основные этапы развития футбола в СССР и России. Международные встречи российских команд. Участие в Олимпийских Играх, в Чемпионатах Мира и Европы
4. Виды соревнований. Положение о соревнованиях, его значение и содержание
5. Системы розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определение мест в розыгрыше
6. Правила игры в футбол: их влияние на характер и содержание игры
7. Изложение основных положений из разделов правил игры
8. Роль и значение судьи. Руководство игрой. Обязанности судьи.
Взаимодействие главного судьи с помощниками, судьями на линии и резервным судьей
9. Понятие о технике. Классификация техники
10. Техника передвижений и техника владения мячом
11. Виды ударов по мячу
12. Средства и методы технической подготовки футболистов
13. Последовательность обучения основным техническим приемам владения мячом
14. Обучение технике передвижений
15. Средства и методы тактической подготовки
16. Значение тактики и ее взаимосвязь с другими компонентами игры. Виды тактики в футболе
17. Средства и методы тактической подготовки
18. Характеристика физических качеств футболистов

19. Структура специальной физической подготовленности футболиста
20. Средства и методы специальной физической подготовки футболиста

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

а) Основная литература:

1. Футбол: Учебник для институтов физической культуры. / Полишкис М.С., Выжгин В.А.-М.:Фагот,2010.-250 с, ил.
2. Спирин А.Н., Будогосский А.Д. Правила игры. Вопросы и ответы.-М.: Олимпия Пресс,2015.-272 с., ил.

б) Дополнительная литература:

1. Российский футбол за 100 лет. /Добронравов И.С., Соловьёв В.В., Травкин Н.И., Щеглов М.И.-М.: Советский спорт,1998.-724 с.
2. Правила игры. - Цюрих,2013-2014.-133 с.

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

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

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

- г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю) «Теория и методика обучения футболу», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

–программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
2. Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30

3. Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598,

SoftLine 2018-12-30

4. 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):

- 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/>.

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) «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

ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Футбол» для обучающихся института туризма, рекреации, реабилитации и туризма 3 курса, направления подготовки/ специальности 43.03.02 – «Туризм», направленности (профилю) «Технология и организация туроператорских и турагентских услуг» очной формы обучения

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: «ТиМ футбола»

Сроки изучения дисциплины (модуля) «Футбол»: 6 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	<i>Посещение занятий</i>	<i>В течение семестра</i>	20
2	<i>Выполнение практического задания №1: «Удар в ворота»</i>	<i>В течение семестра</i>	5
3	<i>Выполнение практического задания №2: «Ведение мяча с изменением направления»</i>	<i>В течение семестра</i>	5
4	<i>Выполнение практического задания №3: «Жонглирование мячом»</i>	<i>В течение семестра</i>	5
5	<i>Тест по теме «Методика судейства и правила игры в футбол»</i>	<i>В течение семестра</i>	10
6	<i>Написание и защита реферата по теме «История развития футбола»</i>	<i>В течение семестра</i>	15
7	<i>Деловая игра «Методика судейства»</i>	<i>В течение семестра</i>	15
8	<i>Письменный опрос «История развития игры»</i>		5
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимально е кол-во баллов
1	<i>Контрольная работа по разделу «Правила игры в футбол»</i>	5
2	<i>Подготовка доклада «Международный футбол», пропущенному студентом</i>	10
3	<i>Дополнительное тестирование по теме «Организация и проведение соревнований»</i>	10
4	<i>Написание реферата по теме «Основные вехи развития Отечественного футбола»</i>	15
5	<i>Презентация по теме «Футбол в системе физического воспитания»</i>	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

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»

**АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ЭЛЕКТИВНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

Б1.В.ДВ.01.13 – «Футбол»

Направление подготовки/специальность:
43.03.02 – «Туризм»

Направленность (профиль): «Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг»

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*
Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 1,5 зачетных единиц, 56 академических часов.

2. Семестр освоения дисциплины (модуля) «Футбол»: 6 семестр.

3. Целью освоения дисциплины (модуля) «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 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 (модулю) «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	
УК-7	<i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i>	6
УК-7.1	Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности;	
УК-7.2	Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря;	
УК-7.3	Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности	

	работников;	
УК-7.4	Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта;	
УК-7.5	Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений.	
УК-7.6	Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности;	
УК-7.7	Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;	
УК-7.8	Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	
УК-7.9	Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности;	
УК-7-10	Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.	

№	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	История возникновения и развития футбола	6			12		
2	Правила игры в футбол				10		
3	Организация и проведение соревнований				4		
4	Техника игры в футбол				10		
5	Обучение техническим приемам			10			
5	Поддержание физических способностей			10			
	ИТОГО: 56			20	36		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: 43.03.02 Туризм

Профиль: *Технология и организация туроператорских и турагентских
услуг*

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована
решением заседания Межинститутского совета
Протокол № 02-10-21 от «21» октября 2021г.

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	Очно-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	<i>Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач</i>	1	1
УК-2.2	<i>Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>	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. 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: 01.10.2021г.):

<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):*

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.

–современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>
- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС www.rucont.ru
- 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 туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса 1 курса, направления подготовки 43.03.02 Туризм профиль Технология и организация туроператорских и турагентских услуг очной и заочной форм 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
	<i>Зачёт</i>		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: 43.03.02 Туризм

Профиль: Технология и организация туроператорских и турагентских услуг

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная и заочная

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 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. 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

Очно-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

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 теории и методики адаптивной физической культуры
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными
возможностями в состоянии здоровья»**

Направление подготовки: 43.03.02 Туризм
(код и наименование)

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и
турагентских услуг

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена
на основании решения заседания кафедры
Теории и методики адаптивной физической культуры
Протокол № 3 от «14» сентября 2021г.

Составители:

Кичигина Ольга Юрьевна – ст. преподаватель кафедры теории и методики адаптивной физической культуры РГУФКСМиТ.

Рецензент:

Ткаченко Светлана Анатольевна, к.п.н., доцент, заведующий кафедрой Физической реабилитации, массажа и оздоровительной физической культуры им. И.М. Саркизова-Серазини.

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)	Этапы формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	2
УК-3.1	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия	2
УК-3.2	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.	2
УК-3.3	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	2

4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 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. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений соци-	2	2	4	6		

	альных навыков у лиц с ОВЗ						
4	РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2	2	2	6		
8	РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурпауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
Итого часов:			12	24	36		Зачёт

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).

Зачет проводится в форме собеседования по следующим вопросам:

1. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями зрения.

2. Психолого-педагогическая характеристика лиц с нарушениями слуха.

3. Психолого-педагогическая характеристика лиц с поражением опорно-двигательного аппарата.

4. Психолого-педагогическая характеристика лиц с детским церебральным аппаратом.

5. Психолого-педагогическая характеристика лиц с задержкой речевого развития.

6. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ранним детским аутизмом.

7. Методики оценки психологических особенностей у лиц с ОВЗ.

8. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением слуха, планирование и осуществление учебной и профессиональной деятельности.

9. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с нарушением зрения, планирование учебной и профессиональной деятельности.

10. Использование материально-технического обеспечения учебного процесса лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, планирование учебной и профессиональной деятельности.

11. Основные принципы построения и проведения физкультурпауз для различных нозологических групп.

12. Методика анализа коммуникативных навыков различных нозологических групп.

13. Основы социальной адаптации. Критерии реализации процесса социальной адаптации для разных нозологий.

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

а) Основная литература:

1. Козьяков, Р.В. Организация и содержание специальной психологической помощи : учебник и практикум / Р.В. Козьяков, И.И. Поташова, М.А. Басин. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. – 357 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=469116> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4475-9081-9. – DOI 10.23681/469116. – Текст : электронный.

2. Евтушенко, И.В. Правоведение с основами семейного права и прав инвалидов : учебник : [16+] / И.В. Евтушенко, В.В. Надвикова, В.И. Шкатулла ; под общ. ред. В.И. Шкатуллы. – Москва : Прометей, 2017. – 578 с. : табл. – (Бакалавриат). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483188> (дата обращения: 23.11.2019). – Библиогр.: с. 535-541. – ISBN 978-5-906879-51-6. – Текст : электронный.

3. Телина, И.А. Социально-педагогическая реабилитация детей-инвалидов : учебно-методическое пособие / И.А. Телина ; науч. ред. В. Синенко. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта, 2014. – 156 с. : ил. – Режим до-

ступа: по подписке. —
URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=363654> (дата обращения: 23.11.2019). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-9765-1952-7. — Текст : электронный.

б)Дополнительная литература:

1.Мандель, Б.Р. Коррекционная психология: модульный курс в соответствии с ФГОС-III+ / Б.Р. Мандель. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 468 с. : ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275614> (дата обращения: 23.11.2019). — Библиогр.: с. 428-432. — ISBN 978-5-4475-4021-0. — DOI 10.23681/275614. — Текст : электронный.

2.Гончарова, В.Г. Комплексное медико-психолого-педагогическое сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья в условиях непрерывного инклюзивного образования: монография / В.Г. Гончарова, В.Г. Подопригора, С.И. Гончарова ; Сибирский Федеральный университет. — Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. — 248 с. : табл, схем., ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=435603> (дата обращения: 23.11.2019). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-7638-3133-7. — Текст : электронный.

3.Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Электронный ресурс] : учебник / С.П. Евсеев .— М. : Спорт, 2016 .— 617 с. : ил. — (Адаптивная физическая культура и спорт) .— ISBN 978-5-906839-42-8 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641329>.

4. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» [https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О социальной защите инвалидов в Российской Федерации" от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ.:4](https://mobileonline.garant.ru/#/document/10164504/paragraph/160462/doclist/6376/highlight/О%20социальной%20защите%20инвалидов%20в%20Российской%20Федерации%20от%2024%20ноября%201995%20г.%20N%20181-%20ФЗ.:4).

в) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (дата обращения: 23.11.2019):

1. <https://lms.sportedu.ru/>.
2. <http://rumc.sportedu.ru/>
3. <https://elibrary.ru/>.
4. Инклюзивное образование.рф <https://xn--80aabcdcpejeebhqo2afglbd3b9w.xn--p1ai/>.

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 2016.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web (или аналог).
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.

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

- Университетская библиотека онлайн www.biblioclub.ru.
- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>.
- 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 и семинарского типов.

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 (модулю) «ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья» для обучающихся гуманитарного института, Курса очная и заочная формы обучения отделения, направления подготовки: 43.03.02 Туризм направленности (профилю) Технологи и организация туроператорских и турагентских услуг

I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики адаптивной физической культуры

Сроки изучения дисциплины (модуля): 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	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи на взаимодействие с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	24	20
2	<i>Проектное моделирование ситуационной задачи по использованию специального материально-технического оборудования для обучения лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья или инвалидность</i>	26	20
3	<i>Написание реферата по одной из предлагаемых тем</i>	28	22
4	<i>Посещаемость</i>	<i>Весь период</i>	<i>1б. X 18 зан.=18б.</i>
	Зачёт		20
	ИТОГО		100 баллов

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

№	Виды текущего контроля успеваемости	Максимальное кол-во баллов
1	<i>Реферат по пропущенной(ым) теме(ам)</i>	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

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса
Кафедра теории и методики адаптивной физической культуры
АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ФТД.02 Социальная адаптация инвалидов и лиц с ограниченными
возможностями в состоянии здоровья»**

Направление подготовки: 43.03.02 Туризм
(код и наименование)

Направленность (профиль): Технология и организация туроператорских и турагентских услуг
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная и заочная*

Год набора 2022, 2023 г.

Москва – 2021 г.

1.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)	Этапы формирования компетенции (номер семестра)
	Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции	Очная форма обучения
УК-3	Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде.	2
УК-3.1	Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия	2
УК-3.2	Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.	2
УК-3.3	Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.	2

5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 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. Социально-педагогическая адаптация инвалидов и лиц с ОВЗ	2	4	8	12		
2	Тема 1. Особенности психофизиологического развития различных нозологических групп инвалидов и лиц с ОВЗ. Анализ коммуникативных навыков.	2	2	4	6		
3	Тема 2. Методики, используемые для выявления и коррекции психологических особенностей и нарушений социальных навыков у лиц с ОВЗ	2	2	4	6		
4	РАЗДЕЛ 2. Использование материально-технических средств в учебном процессе	2	6	12	18		
5	Тема 3. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением зрения	2	4	6	6		
6	Тема 4. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением слуха	2		4	6		
7	Тема 5. Использование материально-технических средств в учебном процессе для лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата	2	2	2	6		
8	РАЗДЕЛ 3. Адаптивное физическое воспитание как средство восстановления учебной работоспособности.	2	2	4	6		
9	Тема 6. Принципы построения физкультурпауз для различных нозологических групп.	2	2	4	6		
Итого часов:			12	24	36		Зачёт