

В соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.07.2022 №612 «О переименовании Федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» и о внесении изменений в устав Федерального государственного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» считать Федеральное государственное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)» (РГУФКСМИТ) с **21 июля 2022 года** Федеральным государственным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (РУС «ГЦОЛИФК»).

На основании решения Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (далее – РУС «ГЦОЛИФК») от 25.04.2023 г. (протокол №141) внести изменения в основные образовательные программы - бакалавриат (далее - ООП), реализуемые в РУС «ГЦОЛИФК» в части:

1. Требованиям к результатам освоения программы: компетенцию УК-10 читать в следующей редакции *«Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности»;*
2. Результатов обучения: *Дополнить индикаторы достижения компетенции УК-10 следующими индикаторами:*

УК-10.4 Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического, коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни

УК-10.5 Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению

УК-10.6 Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения

На основании решения Ученого совета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта «ГЦОЛИФК» (далее – РУС «ГЦОЛИФК») от 29.08.2023 г. (протокол №146) внести изменения в следующие разделы основных образовательных программ - бакалавриат (далее – ООП), реализуемых в РУС «ГЦОЛИФК»: общая характеристика ООП, рабочие программы дисциплин (модулей), программа итоговой (государственной итоговой) аттестации, оценочные средства – компетенцию **УК-5 «Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этническом и философском контекстах»** дополнить следующими индикаторами достижения компетенции:

*УК-5.7 Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям*

*УК-5.8 Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп*

*УК-5.9 Проявляет в своем поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира*

*УК-5.10 Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личного характера*

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский университет спорта (ГЦОЛИФК)»



## Тренерский факультет

Кафедра психологии, философии и социологии

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### **Б1.О.01 «Философия»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

(код и наименование)

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Тренерского факультета  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
психологии, философии и социологии  
(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.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
\_\_\_\_\_  
(наименование)  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель: Баранов Виктор Алексеевич, доктор философских наук, кандидат педагогических наук, доцент, профессор кафедры

Рецензент:

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

### **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Философия» является: формирование представления о способах и формах познания мира, природы и общества; формирование философского мировоззрения по различным проблемам, связанным с будущей профессиональной работой и повседневной действительностью. Дисциплина «Философия» реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Философия» относится к обязательной части ОПОП по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Философия занимает важное место в профессиональной подготовке бакалавров физической культуры и спорта. В практической деятельности данных специалистов необходимы теоретические знания и практические умения по формированию философского мировоззрения, способности к размышлениям, дискуссиям по различным проблемам, возникающим в социуме и других сферах общественной жизни.

По логике изложения и содержательно-методической составляющей программа связана с такими дисциплинами как «История России», «Педагогика», «Психология».

Освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее для таких дисциплин: «История государственного управления»; «Социология»; «Основы права».

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

| Шифр компетенции/ код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                               |                                |
|--|--|--|-------------------------------|--------------------------------|
|  | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очно форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1  | 3  | 5  | 6                             | 7                              |

|             |  |   |   |   |
|-------------|--|---|---|---|
| <b>УК-1</b> | Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач   | 4 | 4 | 3 |
| УК-1.1      | Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.   |   |   |   |
| УК-1.3.     | Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности  | 4 | 4 | 3 |
| УК-1.6.     | Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем  | 4 | 4 | 3 |
| <b>УК-5</b> | Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах   | 4 | 4 | 3 |
| УК-5.1.     | Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации.  | 4 | 4 | 3 |
| УК-5.3.     | Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм.                  | 4 | 4 | 3 |
| УК-5.5.     | Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации. | 4 | 4 | 3 |

#### **4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетную единицу, 36 академических часов.**

Очная форма обучения

| <b>№</b> | <b>Раздел дисциплины (модуля)</b> | <b>Семестр</b> | <b>Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах)</b> | <b>Форма промежуточной аттестации (по семестрам)</b> |
|----------|-----------------------------------|----------------|--|--|
|          |                                   |                |  |  |

|              |  |   | Занятия<br>лекционного типа | Занятия<br>семинарского<br>типа | Самостоятельная<br>работа | Контроль |       |
|--------------|--|---|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------|-------|
| 1.           | Философия: форма духовного освоения мира | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |       |
| 2.           | История философии                        | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |       |
| 3.           | Основы философского знания               | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |       |
| 4.           | Проблема человека и личности в философии | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |       |
| 5.           | Социальная философия: философия общества | 4 | 2                           | 6                               | -                         |          |       |
| Итого часов: |  |   | 10                          | 22                              | 4                         |          | зачет |

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

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

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

**Примерный перечень контрольных вопросов к зачёту:**

1. Мировоззрение и его исторические типы.
2. Особенности философского познания.
3. Проблемное поле философии. Структура философского знания.
4. Философия ранних греческих философов.
5. Зарождение философии в Египте.
6. Зарождение философии в Междуречье.
7. Учение об идеях Платона.
8. Идеальное государство по Платону.
9. Правильные и неправильные типы государственного устройства по Аристотелю.
10. Философия стоиков.
11. Философия скептиков.
12. Учение Эпикура.
13. Киническая философия.

- 14.Августин Блаженный, философские и религиозные взгляды.
- 15.Бозций, основные идеи «Утешения философией».
16. Философия и теология Фомы Аквинского.
17. Платоновская академия и философия Возрождения.
18. Утопия Т.Мора.
- 19.«Город Солнца» Т. Кампанеллы.
20. Гносеология Т. Гоббса.
21. Монадология Лейбница: основные идеи.
- 22.Теодицея Лейбница: основные идеи
23. Эмпиризм Беркли и Юма.
24. Декартово учение о «вещи мыслящей» и «вещи протяженной».
25. Метафизика сердца Паскаля.
26. Ф. Бэкон: учение об идолах. Предмет философии.
27. Этика Спинозы.
28. «Критики» Канта.
29. Философия духа Гегеля.
30. Философия Фихте.
31. Философия Шеллинга.
32. Учение о сверхчеловеке и критика морали. Ницше.
33. Философия Бергсона.
34. Русская религиозная философия.
35. Русский космизм.
- 36.Проблема человека в философии экзистенциализма.
- 37.Понятие культуры и цивилизации.
- 38.Наука в системе культуры.
- 39.Материя и дух: проблема предельных оснований.
- 40.Понятия «метафизика» и «диалектика».
- 41.Философское понимание истины.
- 42.Учение о бытии. Основные категории онтологии.
- 43.Учение о познании. Основные категории гносеологии.
- 44.Человек и смысл его существования.
- 45.Личность: проблемы свободы и ответственности.
- 46.Понятие ценности. Основные проблемы аксиологии.
- 47.Основные концепции общественного развития.
- 48.Глобальные проблемы современности.
- 49.Философская, религиозная и научная картины мира.

50. Проблема веры и знания.

51. Роль философии в жизни человека и общества.

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

а) Основная литература:

1. Передельский А.А. Введение в философию: крат. курс: Метод. материал для студентов и магистрантов / А.А. Передельский. - М.: Физ. культура, 2011. - 70 с.: ил.

2. Гуревич П.С. Философская антропология: учеб. пособие для вузов : доп. М-вом образования РФ / П.С. Гуревич. - 2-е изд., стер. - М.: Омега-Л, 2010. - 607 с.

3. Философия в вопросах и ответах: учеб. пособие / под ред. А.П. Алексеева, Л.Е. Яковлевой ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Филос. фак. - М.: Проспект, 2010. - 336 с.

б) Дополнительная литература:

1. Канке В.А. Основы философии: учебник для студентов: рек. МО РФ. – М.: Логос, 2005. – 287 с.

2. Торгашев Г.А. Основы философии [Электронный ресурс] : курс лекций / Г.А. Торгашев. - Электрон. дан. и прогр. - М.: Директмедиа Паблишинг, 2007. - 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

3. Философия; Философия от античности до современности ; История философии ; Философская энциклопедия ; История новой философии / К. Фишер. Русская философская мысль 11-18 веков ; Основы философии : курс лекций / Г.А. Торгашев [Электронный ресурс]. - Электрон. дан. и прогр. - М.: Директмедиа Паблишинг: Новый диск, [20--]. - 6 электрон. опт. диск (CD-ROM).

4. Спиркин А.Г. Основы философии : Учеб. пособие для вузов: Доп. М-вом высш. и сред. образования / Спиркин Александр Георгиевич. - М.: Политиздат, 1988. - 592 с.

5. Философия; Философия от античности до современности ; История философии ; Философская энциклопедия ; История новой философии / К. Фишер. Русская философская мысль 11-18 веков ; Основы философии : курс лекций / Г.А. Торгашев [Электронный ресурс]. - Электрон. дан. и прогр. - М.: Директмедиа Паблишинг: Новый диск, [20--]. - 6 электрон. опт. диск (CD-ROM).

6. История философии: Энциклопедия. - Минск: Интерпрессервис, 2002. - 1375 С.

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

1. Институт философии РАН: <http://www.iphras.ru>

2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>

3. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru/>

4. Электронная гуманитарная библиотека <http://www.gumfak.ru/>

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

–программное обеспечение дисциплины:

а) Офисный пакет приложений – Microsoft Office.

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

а) «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

б) Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

в) Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

- Мультимедийный класс (30 посадочных мест) в составе: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и с подключением к правовой системе (настольная или интернет версия).

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Философия» для обучающихся тренерского факультета, направления подготовки «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: философии и социологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3/4 семестр очная форма 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу «Античная философия»                               | 4 неделя  | 5                          |
| 2 | Дискуссия по теме «Философия и религия»  | 6 неделя  | 15                         |
| 3 | Выступление на семинаре «История философии»                                      | 7-15 неделя   | 10                         |
| 4 | Выполнение практического задания №1 по разделу «Роль философии в жизни человека» | 8 неделя  | 10                         |
| 5 | Написание реферата по теме «Сущность и значение средневековой философии»         | 10 неделя   | 15                         |
| 6 | Презентация по теме «Немецкая классическая философия»                            | 12 неделя   | 10                         |
| 7 | Эссе на тему «Русская философия XIX-XX века»                                     | 14 неделя   | 5                          |
| 8 | Посещение занятий  | В течение семестра  | 10                         |
|   | <b>Зачёт</b>   |   | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

#### Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                    | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу «История философии»                      | 5                          |
| 3 | Выступление на семинаре «Проблемы социальной философии»                | 10                         |
| 4 | Подготовка доклада «Философия Т. Гоббса», пропущенному студентом       | 5                          |
| 5 | Написание реферата по теме «Человек и человечество в современном мире» | 15                         |

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.



|   |   |    |
|---|---|----|
| 7 | Презентация по теме «Проблемы общественного здоровья» | 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)».

### 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 университет спорта (ГЦОЛИФК)»



**Тренерский факультет**

**Кафедра психологии, философии и социологии**

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

**Б1.О.01 «Философия»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

(код и наименование)

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: *очная*

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 1 зачетную единицу.

**2.Семестр освоения дисциплины (модуля):** 3 семестр заочная форма, 4 семестр очная форма обучения.

**3.Цель освоения дисциплины (модуля):** формирование представления о способах и формах познания мира, природы и общества; формирование философского мировоззрения по различным проблемам, связанным с будущей профессиональной работой и повседневной действительностью.

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

| Шифр компетенции/ код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                               |                                |
|--|--|--|-------------------------------|--------------------------------|
|  | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1поток)                  | Очно форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1  | 3  | 5  | 6                             | 7                              |
| УК-1   | Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач | 4  | 4                             | 3                              |
| УК-5   | Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах         | 4  | 4                             | 3                              |

**5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

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<br>лекционного типа | Занятия<br>семинарского<br>типа | Самостоятельная<br>работа | Контроль |              |
|---------------------|--|---|-----------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------|--------------|
| 1.                  | Философия: форма духовного освоения мира | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |              |
| 2.                  | История философии                        | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |              |
| 3.                  | Основы философского знания               | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |              |
| 4.                  | Проблема человека и личности в философии | 4 | 2                           | 4                               | 1                         |          |              |
| 5.                  | Социальная философия: философия общества | 4 | 2                           | 6                               | -                         |          |              |
| <b>Итого часов:</b> |  |   | <b>10</b>                   | <b>22</b>                       | <b>4</b>                  |          | <b>зачет</b> |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК»



**Социально-гуманитарный факультет  
Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и  
олимпийского образования**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.О.02 История России»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: : Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
гуманитарного института  
Протокол № 1а от «01» октября 2021 г.

Составители:

**Календарова Виктория Владимировна** – кандидат исторических наук, доцент кафедры Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

**Мельникова Наталия Юрьевна** – доктор педагогических наук, профессор, заведующая кафедрой Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

**Мельников Виталий Владимирович** – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

**Самойлова Екатерина Александровна** – преподаватель кафедры Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

**Леонтьева Надежда Сергеевна** – кандидат педагогических наук, доцент кафедры Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

**Леонтьева Любовь Сергеевна** – преподаватель кафедры Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Б1.О.02 История России» является: формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней; демонстрация на примерах из различных эпох органической взаимосвязи российской и мировой истории; анализ общего и особенного в российской истории, что позволит определить место российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина относится к дисциплинам обязательной части Блока 1 (Б1.О)

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 Физическая культура. Данная дисциплина определяет преимущественно профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней, а также понимания взаимосвязи российской и мировой истории. Содержательной особенностью программы дисциплины является формирование у бакалавров научного мировоззрения и исторического мышления на основе базовых знаний по истории.

Основными требованиями к «входным» знаниям, умениям и готовностям обучающегося, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин являются:

- владение функциональными навыками, необходимыми для выполнения письменных учебных заданий в форме реферата, доклада, презентации;
- владение основными способами и средствами получения, хранения, переработки информации, в том числе связанными с работой на компьютере и в глобальной информационной сети.

Дисциплина «История России» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана. Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин гуманитарного, социального и экономического цикла, а также профессионального цикла.

Изучение дисциплины идет параллельно с освоением дисциплины «История физической культуры и спорта», является базой для изучения теории и истории физической культуры и спорта, отдельных видов спорта, научных школ физкультурно-спортивной отрасли, истории создания управленческого аппарата и проч., что имеет особое значение в высшем учебном заведении спортивного профиля.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              |                                |
| УК-1  | <b>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</b>   |  |                                |                                |
| УК-1.2  | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации   | 2/7  | 2/7                            | 1/7                            |
| УК-1.4  | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках   |  |                                |                                |
| УК-1.5  | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений   |  |                                |                                |
| УК-5  | <b>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</b>   |  |                                |                                |
| УК-5.2  | Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах  | 2/7  | 2/7                            | 1/7                            |
| УК-5.3  | Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм                  |  |                                |                                |
| УК-5.4  | Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах   |  |                                |                                |
| УК-5.5  | Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации |  |                                |                                |
| УК-5.6  | Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности  |  |                                |                                |
| УК-5.7  | Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям  |  |                                |                                |
| УК-5.8  | Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях  |  |                                |                                |



|              |   |  |  |  |
|--------------|---|--|--|--|
|              | и традициях различных социальных групп  |  |  |  |
| УК-5.9       | Проявляет в своем поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира |  |  |  |
| УК-5.10      | Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера   |  |  |  |
| <b>УК-10</b> | <b>Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности</b>  |  |  |  |

|         |  |     |     |     |
|---------|--|-----|-----|-----|
| УК-10.4 | Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни                                 | 2/7 | 2/7 | 1/7 |
| УК-10.5 | Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению  | 2/7 | 2/7 | 1/7 |
| УК-10.6 | Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения |     |     |     |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетных единицы, 144 академических часа.**

**очная форма обучения, 1 курс**

| № | 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 | <p><b>Раздел 1.</b> История как наука. Хронологические и географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.</p>   | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2 | 2 | 2 |  |  |
| 2 | <p><b>Раздел 2.</b> Период феодальной раздробленности, новые государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва.</p>  | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2 | 2 | 2 |  |  |
| 3 | <p><b>Раздел 3.</b> Россия в XV-XVII вв. Феодальная война, окончание раздробленности. Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.</p> | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2 | 2 | 4 |  |  |
| 4 | <p><b>Раздел 4.</b> Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая</p>  | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2 | 2 | 2 |  |  |

|   |   |  |          |          |          |  |  |
|---|---|--|----------|----------|----------|--|--|
|   | династия - Романовы. Правление Михаила Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.   |  |          |          |          |  |  |
| 5 | <b>Раздел 5.</b> Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия. Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутриполитические реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).                             | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>4</b> | <b>4</b> | <b>4</b> |  |  |
| 6 | <b>Раздел 6.</b> Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.           | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |
| 7 | <b>Раздел 7.</b> Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина. | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |
| 8 | <b>Раздел 8.</b> Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис.   | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3                        | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |

|           |  |  |          |          |          |  |  |
|-----------|--|--|----------|----------|----------|--|--|
|           | Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей. Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в преддверии Второй мировой войны.  | поток <b>1 семестр</b>                                   |          |          |          |  |  |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9.</b> Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы. | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>4</b> |  |  |
| <b>10</b> | <b>Раздел 10.</b> Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности.   | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>4</b> |  |  |

|  |  |           |           |           |  |              |
|--|--|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
| <p>Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике.</p> |  |           |           |           |  |              |
| <b>Итого часов:</b>  |  | <b>22</b> | <b>22</b> | <b>28</b> |  | <b>зачет</b> |

**Очная форма обучения, 4 курс, с использованием сетевой формы 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 |   |
| <b>1</b> | <p><b>Раздел 1.</b> История России и всеобщая история. Что такое Россия? Российское государство-цивилизация. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего</p> | <b>7</b> | <b>12</b>   | <b>12</b>                 |                        |          |   |

|   |   |   |   |  |  |  |  |
|---|---|---|---|--|--|--|--|
|   | Средневековья в странах Европы и Азии.  |   |   |  |  |  |  |
| 2 | <b>Раздел 2.</b> Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.  | 7 | 1 |  |  |  |  |
| 3 | <b>Раздел 3.</b> Мир к началу эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия XVI в. в контексте европейской цивилизации. | 7 | 2 |  |  |  |  |
| 4 | <b>Раздел 4.</b> Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.   | 7 | 1 |  |  |  |  |
| 5 | <b>Раздел 5.</b> «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу.   | 7 | 2 |  |  |  |  |

|          |   |          |          |  |  |  |  |
|----------|---|----------|----------|--|--|--|--|
|          | Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.   |          |          |  |  |  |  |
| <b>6</b> | <b>Раздел 6.</b> Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и Александре I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.  | <b>7</b> | <b>1</b> |  |  |  |  |
| <b>7</b> | <b>Раздел 7.</b> Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм). Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в. | <b>7</b> | <b>2</b> |  |  |  |  |
| <b>8</b> | <b>Раздел 8.</b> Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении   | <b>7</b> | <b>1</b> |  |  |  |  |

|           |  |          |           |           |  |  |  |
|-----------|--|----------|-----------|-----------|--|--|--|
|           | Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.  |          |           |           |  |  |  |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9.</b> СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события. Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху. | <b>7</b> | <b>2</b>  |           |  |  |  |
| <b>10</b> | <b>Раздел 10.</b> Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости   | <b>7</b> | <b>18</b> | <b>18</b> |  |  |  |



|  |           |           |  |  |              |  |
|--|-----------|-----------|--|--|--------------|--|
| <p>Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации. Политическое устройство России. Вызовы будущего и развитие страны</p> |           |           |  |  |              |  |
| <b>Итого часов:</b>  | <b>42</b> | <b>30</b> |  |  | <b>зачет</b> |  |

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

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

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

**Вопросы к зачету по курсу (1 семестр)**

1. Кого из древнегреческих философов принято считать родоначальником истории?
2. Как назывался торговый путь из Балтийского в Черное море, который проходил по территории проживания славян?
3. Славян историки относят к ... языковой группе (семье)?
4. Какой из перечисленных народов не относится к восточным славянам?
5. Религия восточных славян в догосударственный период?
6. Какой общественный строй для восточных славян был характерен для них на раннем этапе развития?
7. Какой промежуток времени описывает автор в «Повести временных лет»?

8. Как называется произведение, в котором монах Нестор сообщает о славянах (начало XII в.)?
9. В каком городе Рюрик начал свое княжение?
10. На что была направлена политика Рюрика?
11. Кто в качестве регента наследовал престол после смерти князя Рюрика?
12. Какую известную фразу произнес Олег, завоевав Киев?
13. С каким государством Олег заключил мирный договор в 911 году?
14. Что сделал Олег, согласно легенде, в походе на Царьград (Константинополь)?
15. Кто пришел к власти после смерти князя Игоря?
16. Как назывался способ дани, который ввела княгиня Ольга в годы своего правления?
17. С каким могущественным государством воевал князь Святослав Игоревич?
18. Откуда на Русь пришло христианство?
19. Причиной принятия христианства на Руси было стремление:
20. Как назывался свод законов, созданный Ярославом Мудрым?
21. Чтобы ещё больше укрепить власть в Киеве, Ярослав Мудрый:
22. После смерти какого правителя начался процесс феодальной раздробленности на Руси?
23. Какую эпоху принято считать периодом феодальной раздробленности?
24. Кто был основателем московской княжеской династии?
25. Значение деятельности московского князя Даниила Александровича состояло в:
26. Какова была причина возвышения Москвы?
27. Какой московский князь вышел в первой половине XIV века победителем в борьбе за ярлык на княжение от великого хана?
28. Что было одной из причин победы Москвы за лидерство в русских землях?
29. В чем состояло значение правления Ивана Калиты?
30. Какой княжеский престол Иван Калита занял первым?
31. Какой татарский хан в 1382 году победил Дмитрия Донского и разорил Москву?
32. Какое прозвище получил московский князь Дмитрий Иванович после победы в Куликовской битве?
33. Кто является первым царем в истории России?
34. Опричнина Ивана Грозного была направлена против:
35. Характерной чертой Смутного времени было:
36. В каком городе произошло восстание народных масс - Соляной бунт?
37. Что из перечисленного относится к решениям Церковного собора 1666-1667 гг., положившего начало расколу Русской Церкви?
38. Первого царя из династии Романовых звали...
39. За какие заслуги Михаил Федорович был избран боярами на царствование?
40. Какой век в истории России называют «бунташным»?
41. Какого царя за мягкий нрав и доброту называли «Тишайшим»?
42. Какой слой населения не участвовал в Соляном бунте?
43. Назовите основную причину Соляного бунта?
44. Кого народ считал главным «виновником» бед и требовал выдать для расправы во время Соляного бунта?
45. Что послужило основной причиной «медного» бунта в Москве?
46. Какое восстание произошло в России в 1667-1671 годах?
47. Какое восстание произошло в Москве во время пребывания Петра I в Западной Европе (1698 г.)?

48. Как Петр I называл созданные им самим Семеновский и Преображенский полки?
49. Церковная реформа Петра I привела к:
50. О каком патриархе идёт речь: «... провёл на церковном соборе постановление переиздать церковные книги, исправив их по верным текстам, по славянским пергаментным и древним греческим книгам»:
51. Что было результатом церковных реформ патриарха Никона:
52. Делами о государственных преступлениях в годы правления Петра I ведала:
53. Какой высший государственный орган был учрежден Петром I в декабре 1711 г.?
54. Указ, принятый Петром I в 1714 г. и запрещавший дробление дворянских имений, назывался указом о:
55. При Петре I была прекращена деятельность:
56. Кто изначально был противником реформ Петра I?
57. Петром I был издан указ, по которому молодым дворянам без свидетельства об окончании школы запрещалось:
58. Каков был новый принцип прохождения службы, введённый «Табелью о рангах» Петра I:
59. К результатам петровских реформ в области образования относится:
60. Какова была одна из главных причин крупномасштабных реформ Петра I?
61. Назовите один из результатов административных реформ Петра I:
62. Петр I создавал мануфактуры в основном для:
63. В каком году Петр I сделал Россию империей?
64. В какой крупной войне участвовала Россия в период реформ Петра?
65. Основу российской армии при Петре I составляли:
66. У какого шведского города-крепости в 1700 г. состоялось одно из первых сражений Северной войны, закончившееся полным поражением русской армии?
67. Сколько лет длилась Северная война России со Швецией?
68. Как назывался мирный договор, заключенный между Россией и Швецией в 1725 г. после Северной войны?
69. В каком году Петр I основал Санкт-Петербург?
70. Указ о праве монарха назначать себе преемника из числа всех своих родственников был издан в правление:
71. Указ о престолонаследии, давал государю право:
72. Начало эпохи дворцовых переворотов связано:
73. Основной ударной силой в «дворцовых переворотах» являлись:
74. Какой термин используется в истории для обозначения силовой смены власти в государстве, которая осуществляется через заговор группой придворных лиц и опирается на помощь привилегированной военной силы – гвардии?
75. Эпоха дворцовых переворотов была завершена с воцарением:
76. Эпоха дворцовых переворотов в России длилась:
77. Кто пришёл к власти в России в 1725 году в обход главных претендентов – внука Петра I – Петра Алексеевича и цесаревен Анны и Елизаветы?
78. С именем какой русской императрицы связана деятельность её фаворита А. Д. Меншикова?
79. Каковы даты начала и конца «эпохи дворцовых переворотов» в России?
80. Что объединяет такие известные фамилии в истории России, как Меншиков, Бирон, князя Долгорукие, братья Орловы?
81. Ослабление правящей династии в период дворцовых переворотов привело:
82. Главной причиной частоты и легкости дворцовых переворотов было:

83. Сколько русских правителей сменилось на престоле в «эпоху дворцовых переворотов»?
84. Екатерина II пришла к власти, свергнув:
85. В каком году вступила на престол императрица Екатерина II?
86. Какое учебное заведение стало первым давать высшее образование женщинам?
87. Какая война завершилась в самом начале правления Екатерины II?
88. В чем заключалась реформа Сената, проведенная Екатериной II?
89. Число крепостных к концу правления Екатерины II значительно выросло, так как:
90. Правление Екатерины II получило название:
91. Екатерина II стремилась к распространению знаний, наук, переписывалась с известными европейскими философами. Это позволило назвать её правление периодом:
92. Александр I был любимцем своей бабушки. Кто была бабушкой императора?
93. К политике отца Александр I относился резко и критически. Когда император взошел на престол, какую реформу он намеревался провести?
94. Немало реформ провел император Александр I. Также реформирование коснулось и образования. Кто, согласно реформе народного образования, мог учиться в то время?
95. Александр I не всегда советовался со своими сподвижниками идеями и решениями. О каком тайном решении царя идет речь?
96. Титул – это почетное звание. Какой титул преподнес Александру I сенат?
97. Правление императора Александра I является красочной страницей в истории российского государства. Этот период наполнен яркими событиями. Что знаменует дата 1812 год в правлении императора?
98. Какой план разработал Наполеон I перед вторжением в Российскую Империю?
99. Выберите положение, относящееся к причинам Отечественной войны 1812 года:
100. Когда произошло вторжение Наполеона в пределы Российской империи?
101. Назовите самое крупное сражение Отечественной войны 1812 года.
102. Итогом Бородинского сражения (1812 года) стало:
103. Кто является автором высказывания: «С потерей Москвы не потеряна Россия»:
104. Смерть какого российского императора вызвала междуцарствие в конце 1825 года?
105. Кто был избран диктатором-руководителем восстания декабристов?
106. Определите одну из главных причин неудачи декабристов во время выступления на Сенатской площади:
107. Каково было значение движения декабристов?
108. По какой причине восстание декабристов не могло привести к победе?
109. При каком императоре состоялась отмена крепостного права?
110. Документ, составлявшийся в ходе крестьянской реформы 1861 г. и фиксирующий отношения помещиков с временнообязанными крестьянами:
111. Почему императора Александра II называют освободителем?
112. Причины, побудившие Александра II провести реформы 1860 - 70 годов (выберите НЕВЕРНОЕ положение в списке):
113. В каком году в России было отменено крепостное право?
114. При упразднении крепостного права крестьянин был обязан:
115. Как назывались крестьяне до перехода на выкуп?
116. Что получали крестьяне в результате крестьянской реформы?
117. Изменение в крестьянской жизни после реформы 1861 года:

118. Кому принадлежат следующие слова: «Лучше отменить крепостное право «сверху», нежели ждать, пока крестьяне отменят его «снизу»:
119. Что являлось главным новшеством в суде после проведения судебной реформы 1864 года Александра II?
120. Что НЕ появилось в России в результате реформ Александра II?
121. Как погиб Александр II?
122. Какие из перечисленных событий относятся к царствованию Александра II?
123. К какому году относится начало проведения реформ Столыпиным:
124. Столыпин оказался «одиноким реформатором», так как:
125. Какую реформу Столыпина можно назвать главной среди серии его реформ:
126. Что такое «стольпинские галстуки»?
127. Русские крестьяне не хотели выходить из общины в результате реформы Столыпина:
128. Николай II перестал поддерживать Столыпина, поскольку:
129. Событие, положившее начало Первой русской революции:
130. Что было одной из причин Первой российской революции:
131. Когда началась стачка на Путиловском заводе?
132. Какой характер носила революция 1905-1907 гг.?
133. Какое масштабное событие началось 19 сентября 1905 и продолжилось вплоть до завершения революции?
134. Что вошло в историю как «третьеиюньский переворот»?
135. Какое государство не входило в Антанту?
136. Какое государство не находилось в Тройственном союзе к началу Первой мировой войны?
137. В каком году началась Первая Мировая война?
138. Сколько государств приняли участие в Первой Мировой войне?
139. До какого года формально существовала Российская империя?
140. С какой проблемой столкнулись жители городов накануне Февральской революции 1917 года?
141. Какая революция привела к свержению самодержавия в России?
142. Кто был создателем и вождем большевистской партии?
143. Отметьте четыре советские республики, которые первоначально вошли в состав СССР:
144. Название внутренней политики Советского государства, проводившейся в 1918 - 1921 гг. в условиях Гражданской войны:
145. Политику «красного террора» (1918) большевики провозгласили после:
146. В период военного коммунизма была введена принудительная:
147. Один из итогов военного коммунизма:
148. Кто не входил в лагерь белых во время Гражданской войны (1917-1922):
149. Кто применял массовый террор во время Гражданской войны (1917-1922):
150. Когда был образован СССР:
151. Каковы причины образования СССР:
152. Отметьте четыре советские республики, которые первоначально вошли в состав СССР:
153. Что из перечисленного относится к понятию «НЭП»:
154. Вторжение немецких войск в какую страну считается началом Второй мировой войны?
155. Когда Германия напала на СССР?
156. Как назывался план нападения Германии на СССР?

157. Гитлеровский план наступления на Москву назывался:
158. «Огненная дуга» (1943) - это?
159. Сколько государств участвовало во Второй мировой войне?
160. Какая из основных стран «оси» сдалась последней во Второй мировой войне?
161. Период «оттепели» в отечественной истории относят к времени руководства государством:
162. С периодом правления этого человека связано понятие «застой»:
163. Первым Президентом СССР был...
164. В каком году произошёл распад Советского Союза?
165. Когда началось существование современного независимого Российского государства?
166. Кто был первым президентом России?

### **Вопросы к зачету по курсу (7 семестр)**

1. История как предмет изучения. Вспомогательные исторические дисциплины.
2. Основные теории общих исторических закономерностей. Теория общественно-экономических формаций.
3. Основные теории общих исторических закономерностей. Теория цивилизаций.
4. Первобытный мир и зарождение цивилизации. Древнейшие государства на территории Восточной Европы.
5. Восточные славяне в древности. Образование Древнерусского государства.
6. Киевская Русь в IX–XII вв. и ее взаимоотношения с соседями.
7. Русь в XII–XV веках: феодальная раздробленность на Руси и в странах Европы: сходства и различия.
8. Борьба с агрессией крестоносцев на северо-западе Руси в XIII веке. Татаро-монгольское нашествие на Русь. Иго и его последствия.
9. Этапы объединения русского государства в к. XII – н. XVII вв. Иван III и Василий III.
10. Эпоха Ивана IV Грозного. Избранная рада и опричнина.
11. Эпоха Ивана IV Грозного: внешняя политика России и изменение границ.
12. Смутное время в России: социальная катастрофа и время перемен.
13. Царствование Алексея Михайловича. Особенности процесса централизации власти и управления в XVII в. Соборное Уложение 1649 г.
14. Первые попытки модернизации России: реформы Петра I. Расширение взаимодействия России с Западом в 1-й половине XVIII века.
15. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Реформы Екатерины II.
16. Реформы и внутренняя политика Александра I и Николая I.
17. Внешняя политика Российской империи в первой половине XIX века. Наполеоновские войны. Кавказская война. Крымская война.
18. Реформы Александра II во второй половине XIX в. и их итоги. Российский и западный путь модернизации.
19. Реформы П.А. Столыпина: модернизация в России начала XX века. Ее необходимость и итоги.
20. Революция 1905–1907 гг. Многопартийность и парламентаризм.
21. Первая мировая война в истории человечества. Россия в Первой мировой войне.
22. 1917 год в судьбе России и мира. Феномен большевизма.
23. Советское общество в 1920-е – 1930-е гг.
24. Мировое сообщество в 1-й пол. XX века. Мир перед Второй мировой войной.
25. Вторая мировая войны: основные этапы.
26. Великая Отечественная война (22 июня 1941 г. — 9 мая 1945 г.): основные этапы.
27. Нюрнбергский процесс и послевоенное устройство мира. Мировое сообщество во 2-й пол. XX века. «Холодная война» в истории человечества.

28. Советское общество в середине 50-х - первой половине 80-х гг. XX века. «Оттепель» и «эпоха застоя».

29. Разложение политической системы СССР. Распад СССР и образование Российской Федерации (политическое и административное устройство).

30. Россия на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития, взаимоотношения со странами Европы и мира.

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

а) Основная литература:

1. История России: учебник / **А.С. Орлов** [и др.] ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Ист. фак. - 4-е изд., перераб. и доп. - М.: проспект, 2012. - 528 с.: табл. - ISBN 978-5-392-02502-2. 193208.
2. Всемирная история: учебник / **Г.Б. Поляк**, А.Н. Маркова, И.А. Андреева и др. ; под ред. Г.Б. Поляка, А.Н. Марковой. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 887 с. : ил. - (Cogito ergo sum). - ISBN 978-5-238-01493-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=114540>

б) Дополнительная литература:

1. Васильев Л.С. Всеобщая история : [учеб. пособие] : [в 6 т.] / Васильев Л.С. ; Нац. исслед. ун-т "Высш. шк. экономики", Ин-т востоковедения РАН. - [2-е изд., доп. и перераб.]. - М.: КДУ, [2015]. 247744, 247746, 247748, 247750, 247756, 247759.
2. Всемирное культурное наследие : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под ред. Н.М. Боголюбовой, В.И. Фокина. - Санкт-Петербург. : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2015. - 368 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05612-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458128>
3. Давыдова, Ю.А. История : [16+] / Ю.А. Давыдова, А.В. Матюхин, В.Г. Моржеедов. - 5-е изд., перераб. и доп/. - Москва : Синергия, 2019. - 205 с. : табл. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=495816> (дата обращения: 18.09.2019). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4257-0349-1. - Текст : электронный.
4. Девлетов, О.У. История Европы с древнейших времён до конца XV века : учебное пособие для студентов вузов / О.У. Девлетов. - 2-е изд. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 526 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475- 3076-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256592>
5. Деопик, Д.В. История Древнего Востока / Д.В. Деопик ; Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, Исторический факультет, Кафедра всеобщей истории ; науч. ред. С.М. Воробьев. - Москва : Издательство ПСТГУ, 2014. - 304 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7429-0384-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277186>
6. Зеленская, Т.В. История стран Западной Европы и Америки в новейшее время : учебное пособие / Т.В. Зеленская. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2014. - 377 с. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-2563-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=274113>

7. История: для бакалавров : учебник / П.С. Самыгин, С.И. Самыгин, В.Н. Шевелев, Е.В. Шевелева. - 3-е изд, перераб. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014. - 576 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 543-567. - ISBN 978-5-222-21494-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271484>
8. Новая история стран Европы и Америки. XVI–XIX века : учебник : в 3 ч. / А.М. Родригес, В.А. Мельянцев, М.В. Пономарев и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 1. - 527 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01420-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234926>
9. Моисеев, В.В. История России. С древнейших времен до наших дней: учебник для вузов : [16+] / В.В. Моисеев. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 733 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=564646> (дата обращения: 18.09.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-0212-2.
10. Новая история стран Европы и Америки. XVI–XIX века : учебник : в 3 ч. / М.Ю. Золотухин, А.М. Родригес, С.В. Демидов и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 2. - 624 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-01491-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234927>
11. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / К.С. Гаджиев, Т.А. Закаурцева, А.М. Родригес и др. ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2012. - Ч. 1. 1900-1945. - 465 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00607-X ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234931>
12. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / К.С. Гаджиев, Т.А. Закаурцева, А.М. Родригес, М.В. Пономарев ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 2. 1945–2000. - 335 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00866-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234932>
13. Новейшая история стран Европы и Америки. XX век : учебник : в 3 ч. / Л.А. Макеева, М.В. Пономарев, К.А. Белоусова, В.Л. Шаповалов ; под ред. А.М. Родригес, М.В. Пономарева. - Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014. - Ч. 3. 1945–2000. - 256 с. - (Учебник для вузов). - ISBN 5-691-00867-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234933>
14. Павленко, В.Г. Всеобщая история: (Основы истории Средних веков): учебное пособие / В.Г. Павленко. - Кемерово : КемГУКИ, 2010. - 118 с.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=227760>
15. Пленков О.Ю. Новейшая история стран Европы и Америки: учеб. для акад. бакалавриата : для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям и специальностям : рек. Умо высш. образования / О.Ю. Пленков ; С.-Петербург. гос. ун-т. - М.: Юрайт, 2016. - 398 с. 247806.
16. Периодизация истории и «переходные периоды» в современной зарубежной историографии / под ред. З.Ю. Метлицкой. - Москва : РАН ИНИОН, 2010. - 148 с. - (Всеобщая история). - ISBN 978-5-248-00628-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=132314>
17. Россия в мировом сообществе цивилизаций : учеб. пособие по дисциплине "Отечеств. история" для студентов вузов неист. специальностей : доп. М-вом образования РФ / Л.И. Семенникова. - 7-е изд. - М.: Ун-т, 2005. - 751 с. 120900.
18. Сравнительная история мировых цивилизаций: учебник / Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет», ФГБОУ ВПО «Пятигорский государственный лингвистический университет», Харьковский национальный университет имени В. Н. Каразина, Вроцлавский университет и др. - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 296 с. - Библиогр. в



кн. - ISBN 978-5-9296-0751-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458320>

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

1. Официальный сайт кафедры ИФКСиОО <http://history.sportedu.ru>
2. Хронос (проект «Всемирная история в Интернете») <http://www.hrono.ru/>
3. Крупнейший российский научно-просветительский портал, посвященный эволюции человека <http://antropogenez.ru/>
4. Портал о всемирной истории и истории России <http://www.istorya.ru>

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

– программное обеспечение дисциплины:

- 1.Операционная система – Microsoft Windows 10;
- 2.Офисный пакет приложений – Microsoft Office 365
- 3.Локальная антивирусная программа – Dr.Web;
- 4.программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа Adobe Acrobat DC;

- Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: ПК с выходом в сеть Internet, мультимедийный проектор View sonic, экран, аудиоклонки.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Б1.О.02 История России», для обучающихся Тренерский факультета, направления подготовки: 49.03.01 Физическая культура профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес (очная форма обучения)

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Истории цивилизации, физической культуры, спорта и олимпийского образования

Сроки изучения дисциплины: 1 и 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: зачёт

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

1 курс

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа                                       | 2-я – 10я неделя семинарских занятий                              | 9                          |
| 2 | Тест   | 2-я – 10я неделя семинарских занятий                              | 10                         |
| 3 | Опрос  | 2-я – 10я неделя  | 5                          |

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

|   |                                      |                                       |   |
|---|--------------------------------------|---------------------------------------|---|
|   |                                      | семинарских занятий                   |   |
| 4 | Защита презентации по выбранной теме | 10-я – 11я неделя семинарских занятий | 5                                       |
| 5 | Написание реферата по выбранной теме | 1-я – 10я неделя семинарских занятий  | 10                                      |
| 6 | Посещение семинарских занятий        | в течение семестра                    | 11 (по 1 баллу за 2 академических часа) |
|   | <b>Зачёт</b>                         |                                       | <b>20</b>                               |
|   | <b>ИТОГО</b>                         |                                       | <b>100 баллов</b>                       |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Письменная контрольная работа       | 9                          |
| 2 | Тест                                | 10                         |
| 3 | Опрос                               | 5                          |
| 4 | Подготовка презентации              | 5                          |

#### 4 курс

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа                                       | 2-я – 15я неделя семинарских занятий                              | 9                          |
| 2 | Тест   | 2-я – 10я неделя семинарских занятий                              | 10                         |
| 3 | Опрос  | 2-я – 12я неделя семинарских занятий                              | 5                          |
| 4 | Защита презентации по выбранной теме                     | 13-я – 15я неделя семинарских занятий                             | 5                          |
| 5 | Написание реферата по выбранной теме                     | 1-я – 15я неделя  | 10                         |

<sup>2</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

|   |                               |                     |  |
|---|-------------------------------|---------------------|--|
|   |                               | семинарских занятий |  |
| 6 | Посещение семинарских занятий | в течение семестра  | <b>15</b> (по 1 баллу за 2 академических часа) |
|   | <b>Зачёт</b>                  |                     | <b>20</b>                                      |
|   | <b>ИТОГО</b>                  |                     | <b>100 баллов</b>                              |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Письменная контрольная работа       | 9                          |
| 2 | Тест                                | 10                         |
| 3 | Опрос                               | 5                          |
| 4 | Подготовка презентации              | 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, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

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

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом**

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

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля  
успеваемости**

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

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский Университет Спорта «ГЦОЛИФК»



**Социально-гуманитарный факультет  
Кафедра Истории цивилизации, физической культуры, спорта и  
олимпийского образования**

**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.О.02 История России»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальности: 49.03.01 Физическая культура

**Профиль:** : Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 4 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 1 и 7 семестр для очной формы обучения

**3. Цель освоения дисциплины:** формирование у обучающихся целостных представлений об основных этапах и содержании истории России с древнейших времен до наших дней; демонстрация на примерах из различных эпох органической взаимосвязи российской и мировой истории; анализ общего и особенного в российской истории, что позволит определить место российской цивилизации во всемирно-историческом процессе.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине<br><br>Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              |                                |
| <b>УК-1</b>   | <b>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</b> |  |                                |                                |
| УК-1.2  | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации                                       | 2/7  | 2/7                            | 1/7                            |
| УК-1.4  | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках   |  |                                |                                |
| УК-1.5  | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений               |  |                                |                                |
| <b>УК-5</b>   | <b>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</b>         |  |                                |                                |
| УК-5.2  | Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах              | 2/7  | 2/7                            | 1/7                            |
| УК-5.3  | Умеет вести коммуникацию в мире культурного многообразия и демонстрировать  |  |                                |                                |

|              |   |     |     |     |
|--------------|---|-----|-----|-----|
|              | взаимопонимание между обучающимися – представителями различных культур с соблюдением этических и межкультурных норм   |     |     |     |
| УК-5.4       | Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах   |     |     |     |
| УК-5.5       | Владеет практическими навыками анализа философских и исторических фактов, оценки явлений культуры; способами анализа и пересмотра своих взглядов в случае разногласий и конфликтов в межкультурной коммуникации                                       |     |     |     |
| УК-5.6       | Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности  |     |     |     |
| УК-5.7       | Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям  | 7   | 9   |     |
| УК-5.8       | Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп   | 7   | 9   |     |
| УК-5.9       | Проявляет в своем поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира | 7   | 9   |     |
| УК-5.10      | Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументированно обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера   | 7   | 9   |     |
| <b>УК-10</b> | <b>Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности</b>  |     |     |     |
| УК-10.4      | Знает значение основных правовых категорий, сущность экстремистского, террористического коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни  | 2/7 | 2/7 | 1/7 |
| УК-10.5      | Умеет формировать гражданскую позицию, нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению   | 2/7 | 2/7 | 1/7 |
| УК-10.6      | Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной  |     |     |     |



|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | правовой культуры, противодействия экстремизму и терроризму, антикоррупционного поведения |  |  |  |
|--|---|--|--|--|

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### очная форма обучения, 1 курс

| № | 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 | <b>Раздел 1.</b> История как наука. Хронологические и географические рамки курса российской истории. Формирование и развитие славянской цивилизации. Формирование и развитие первого русского государства (Новгород, Киев). Крещение Руси. Правление Ярослава Мудрого.  | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2 | <b>Раздел 2.</b> Период феодальной раздробленности, новые государственные формирования на территории Руси. Монгольское вторжение на Русь. Александр Невский и борьба Новгорода с европейскими завоевателями. Возвышение Москвы, начало объединения русских земель, правление Ивана I Калиты. Дмитрий Донской и Куликовская битва. | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | <b>Раздел 3.</b> Россия в XV-XVII вв. Феодальная война, окончание раздробленности.  | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3                        | 2   | 2                         | 4                      |          |   |

|          |  |  |          |          |          |  |  |
|----------|--|--|----------|----------|----------|--|--|
|          | <p>Правление Ивана III: покорение Твери и Новгорода, присоединение западных территорий, окончание монгольского ига – формирование централизованного государства. Василий III как продолжатель политики Ивана III. Иван IV Грозный и реформы «Избранной Рады». Опричнина и процесс централизации власти. Внешняя политика: присоединение восточных и южных территорий, противостояние с Западной Европой и Крымским ханством.</p> | поток <b>1 семестр</b>                   |          |          |          |  |  |
| <b>4</b> | <p><b>Раздел 4.</b> Династический кризис после смерти Ивана IV. Правление Бориса Годунова. Смутное время: Лжедмитрий I, Василий Шуйский, семибоярщина, открытая польская интервенция. Первое и второе ополчения, изгнание поляков из Москвы. Новая династия - Романовы. Правление Михаила Федоровича и Алексея Михайловича. Бунташный век.</p>   | 1 и 2 потоки <b>2 семестр, 3 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |
| <b>5</b> | <p><b>Раздел 5.</b> Правление Софьи Алексеевны, борьба за власть с Петром I. Реформы Петра I – курс на модернизацию России. Северная война, строительство Санкт-Петербурга, создание Российской Империи. Эпоха дворцовых переворотов, кризис престолонаследия. Екатерина II Великая: просвещенный абсолютизм, внутривластные реформы, внешняя экспансия (присоединение Крыма, разделы Польши).</p>                               | 1 и 2 потоки <b>2 семестр, 3 семестр</b> | <b>4</b> | <b>4</b> | <b>4</b> |  |  |
| <b>6</b> | <p><b>Раздел 6.</b> Российская Империя в первой половине XIX в. Внутренняя политика в годы царствования императора</p>   | 1 и 2 потоки <b>2 семестр, 3 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |

|          |  |  |          |          |          |  |  |
|----------|--|--|----------|----------|----------|--|--|
|          | Александра I. Отечественная война 1812 г. Развитие просветительских и революционных идей в России. Восстание декабристов, воцарение Николая I. Особенности консервативной политики Николая I. Попытки решения крестьянского вопроса. Крымская война: причины, ход, последствия. Кавказская война.  | <b>семестр</b>   |          |          |          |  |  |
| <b>7</b> | <b>Раздел 7.</b> Российская Империя во второй половине XIX в. – начале XX в. «Великие реформы» Александра II: причины, суть, последствия. Правление Александра III – «контрреформы». Начало царствования Николая II: общественные настроения, ожидания. Радикализация политических обществ. Русско-японская война. Первая русская революция, трансформация политического пространства. Реформы С.Ю. Витте и П.А. Столыпина.  | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |
| <b>8</b> | <b>Раздел 8.</b> Вступление России в Первую мировую войну. Внутренний кризис. Февральская революция, падение монархии, установление республики. Октябрьская революция, победа большевиков, первые декреты советской власти, отказ от Учредительного собрания. Гражданская война: причины, этапы, итоги. Политика «военного коммунизма». НЭП. Образование СССР, установление дипломатических связей. Индустриализация и коллективизация, первые пятилетки. Сталинские реформы, политические репрессии, формирование культа личности. СССР в | 1 и 2 потоки <b>2 семестр</b> , 3 поток <b>1 семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>2</b> |  |  |

|           |  |  |          |          |          |  |  |
|-----------|--|--|----------|----------|----------|--|--|
|           | преддверии Второй мировой войны.   |  |          |          |          |  |  |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9.</b> Советско-финская война. Начальный этап Великой Отечественной войны. Битва за Москву. Блокада Ленинграда. Перелом в войне: Сталинградская и Курская операции. Освобождение захваченных территорий СССР и Европы. Разгром фашистской Германии. Советско-японская война, завершение Второй мировой войны. Послевоенное восстановление СССР. «Холодная война» и её влияние на экономику и политику СССР. Развенчание культа личности Сталина, хрущевские реформы, период оттепели. Брежневская эпоха «застоя». Научные и культурные достижения СССР 1950-80-х гг. Реформы Горбачева, попытки модернизации и демократизации, кризис советской системы. | 1 и 2<br>потоки <b>2</b><br><b>семестр</b> , 3<br>поток <b>1</b><br><b>семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>4</b> |  |  |
| <b>10</b> | <b>Раздел 10.</b> Распад СССР, создание Российской Федерации. ГКЧП. Формирование новых политических и экономических основ государственности. Экономический кризис 1990-х гг. Конституционный кризис 1993 г. Первая чеченская война. Президентские выборы 1996 г. Дефолт 1998 г. Вторая Чеченская война, ликвидация сепаратистских движений. Начало XXI в.: укрепление центральной власти, прекращение олигархического управления. Начало экономического роста, реализация национальных проектов. Рост внешнеполитического влияния России. Возвращение Крыма в  | 1 и 2<br>потоки <b>2</b><br><b>семестр</b> , 3<br>поток <b>1</b><br><b>семестр</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>4</b> |  |  |

|  |  |  |           |           |           |  |              |
|--|--|--|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
|  | состав России. Конституционная реформа 2020 г. СВО и вхождение новых субъектов в состав России. Курс на многополярность во внешней политике. |  |           |           |           |  |              |
|  | <b>Итого часов:</b>  |  | <b>22</b> | <b>22</b> | <b>28</b> |  | <b>зачет</b> |

### Очная форма обучения, 4 курс, с использованием сетевой формы 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 | <b>Раздел 1.</b> История России и всеобщая история. Что такое Россия? Российское государство-цивилизация. Взаимосвязь истории России с историей других стран и народов. Мир в древности. Народы и политические образования на территории современной России в древности. Восточная Европа в середине I тыс. н. э. Особенности общественного строя в период раннего Средневековья в странах Европы и Азии. | 7       | 12  | 12                        |                        |          |   |
| 2 | <b>Раздел 2.</b> Средневековая Европа и ее взаимодействие с Россией. Формирование Монгольской Империи, походы на Русь, особенности отношений с русскими княжествами. Противостояние и сотрудничество новгородской республики со странами Западной и Северной Европы.  | 7       | 1   |                           |                        |          |   |

|   |  |   |   |  |  |  |  |
|---|--|---|---|--|--|--|--|
| 3 | <p><b>Раздел 3.</b> Мир к началу эпохи Нового времени. Превращение Московского княжества в центр Русского государства. Особенности внешней политики Ивана III и Василия III. Иван IV Грозный и завершение формирования централизованного государства. Противостояние с Европой: Ливонская война, антирусская пропаганда, территориальные претензии Речи Посполитой. Россия XVI в. в контексте европейской цивилизации.</p> | 7 | 2 |  |  |  |  |
| 4 | <p><b>Раздел 4.</b> Россия в XVII в. Ведущие страны Европы и Азии, международные отношения. Взаимодействие и противостояние с Речью Посполитой и Швецией. Культура России в XVI–XVII вв. Развитие связей с европейскими странами при правлении Михаила Федоровича и Алексея Михайловича Романовых. Формирование представлений и стереотипов о России в Европе.</p>   | 7 | 1 |  |  |  |  |
| 5 | <p><b>Раздел 5.</b> «Европеизация» России при Петре I. Становление Российской Империи как великой европейской державы. XVIII век — век Просвещения. Эпоха просвещенного абсолютизма в Европе и России. Переход к индустриальному обществу. Россия — «мост» между Западом и Востоком. Внешняя политика России середины и второй половины XVIII в. Русская культура XVIII в.</p>   | 7 | 2 |  |  |  |  |
| 6 | <p><b>Раздел 6.</b> Россия и мир в первой половине XIX века. Русско-французские отношения при Павле I и</p>  | 7 | 1 |  |  |  |  |

|          |   |          |          |  |  |  |  |
|----------|---|----------|----------|--|--|--|--|
|          | Александр I. Заграничные походы русской армии. Венский Конгресс. Формирование Священного союза. Революционаризм в Европе. Западники и славянофилы, революционные и просветительские кружки. Крымская война в контексте противостояния Европы и России.  |          |          |  |  |  |  |
| <b>7</b> | <b>Раздел 7.</b> Время Великих реформ в России. Западная индустриальная цивилизация в XIX в. Развитие политических идеологий (консерватизм, либерализм, научный социализм). Империи и национальные государства. Основные направления внешней политики России 2-й пол. XIX – начала XX вв. Складывание военно-политических блоков в Европе. Колониальная политика европейских государств. Мирные инициативы России и Первая Гаагская мирная конференция. Обострение международных отношений в начале XX в. | <b>7</b> | <b>2</b> |  |  |  |  |
| <b>8</b> | <b>Раздел 8.</b> Революционная волна в Европе и мире после Первой мировой войны. Крах империй и образование новых государств. Версальско-вашингтонская система. Брестский мир и выход России из войны. Интервенции в период гражданской войны и санкционная политика стран Запада в отношении Советской России и СССР. Дипломатическое признание и внешняя политика СССР в 1920-30-е гг. Формирование фашистских режимов в Европе. Попытки создания   | <b>7</b> | <b>1</b> |  |  |  |  |

|           |  |          |           |           |  |  |  |
|-----------|--|----------|-----------|-----------|--|--|--|
|           | антифашистской коалиции со стороны СССР. Мюнхенский сговор. Пакт Молотова-Риббентропа. Советская культура 1920-30-х гг.  |          |           |           |  |  |  |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9.</b> СССР в первые годы Второй мировой войны. Великая отечественная война: основные события. Формирование антигитлеровской коалиции. Основные фронты Второй мировой войны. Формирование положительного образа СССР в глазах западной общественности. Тегеранская и Ялтинская конференции. Послевоенное устройство мира: Нюрнбергский процесс, победа коммунистических партий в Восточной Европе, создание ООН. Начало Холодной войны. Идеологическое противостояние США и СССР, создание военных и политических блоков. Берлинский и Карибский кризисы. Отношения СССР со странами Азии, Африки, Ближнего Востока, Латинской Америки. Сближение со странами Запада в горбачевскую эпоху. | <b>7</b> | <b>2</b>  |           |  |  |  |
| <b>10</b> | <b>Раздел 10.</b> Россия и страны Запада на рубеже XX – XXI вв.: тенденции развития и проблемы глобализации. Ослабление международного влияния России после распада СССР. Расширение блока НАТО, война в Югославии. Мюнхенская речь В.В. Путина, новая концепция внешней политики России. Российско-грузинский конфликт: поддержание независимости Абхазии и Южной Осетии. Борьба с международным  | <b>7</b> | <b>18</b> | <b>18</b> |  |  |  |



|                     |   |           |  |              |  |  |
|---------------------|---|-----------|--|--------------|--|--|
|                     | <p>терроризмом и помощь правительству Сирийской Арабской Республики. Воссоединение с Крымом и кризис в отношении со странами Запада. Российская дипломатия в Азии, Африке, на Ближнем Востоке. Кризис мировой однополярной системы, тренды деглобализации. Рост напряженности в отношениях с НАТО, СВО на Украине, конфликт с западным блоком. Новые концепции коллективной безопасности и многополярного мира, предлагаемые Россией. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации. Политическое устройство России. Вызовы будущего и развитие страны</p> |           |  |              |  |  |
| <b>Итого часов:</b> | <b>42</b>   | <b>30</b> |  | <b>зачет</b> |  |  |

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



**Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма**

**Кафедра Спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.О.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса  
Протокол № 3 от «24» сентября 2019 г.

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

Протокол № 18 от «21» июня 2020 г.

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

Протокол № 16 от «22» февраля 2023 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: Карьёнов Сергей Рудольфович - кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры Спортивной медицины «РУС (ГЦОЛИФК)»

## **1.Цель освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре ООП (ОПОП): Б1.0.03**

Настоящая дисциплина относится к базовой части профессионального цикла и изучается на 1 курсе, в 1 семестре очного обучения для 3 потока, во 2 семестре очного обучения для 1 и 2 потоков, в 1 семестре заочного обучения.

Учебная дисциплина (модуль) «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает обязательный минимум знаний для профессиональной деятельности специалистов физической культуры.

Дисциплина непосредственно связана и базируется на сумме знаний и навыков, полученных студентами в ходе изучения таких дисциплин как «Математика», «Физика», «Информатика», «Экология», «Валеология», «Анатомия», «Психология» и других.

В свою очередь, знания, умения и навыки, полученные студентами при изучении этой дисциплины, используются при изучении других дисциплин, таких как «Теория и методика физической культуры», «Гигиенические основы физкультурно-оздоровительной деятельности», «Менеджмент физической культуры» и др., а также при выполнении выпускной квалификационной работы.

Основные положения дисциплины должны быть использованы во взаимосвязи с дальнейшим изучением дисциплин профессионально цикла.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-8  | <i>Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</i> | 2  | 2                              | 1                              |
| УК-8.1  | <i>Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества</i>                                    | 2  | 2                              | 1                              |
| УК-8.2  | <i>Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</i>   | 2  | 2                              | 1                              |
| УК-8.3  | <i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности</i>   | 2  | 2                              | 1                              |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **1 зачетную единицу, 36 академических часов.**

**Очная форма обучения для 1 и 2 потоки**

| №                   | 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                   | Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»  | 2       | 2   | 2                         | -                      |              |   |
| 2                   | Защита населения в чрезвычайных ситуациях  | 2       |   | 2                         | -                      |              |   |
| 3                   | Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека   | 2       | 2   | 2                         | -                      |              |   |
| 4                   | Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.                                       | 2       |   | 2                         | -                      |              |   |
| 5                   | Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия | 2       | 2   | 2                         | 2                      |              |   |
| 6                   | Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии   | 2       | 2   | 4                         | 2                      |              |   |
| 7                   | Первая доврачебная помощь  | 2       | 2   | 6                         | -                      |              |   |
| 8                   | Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека<br>Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности   | 2       |   | 2                         | -                      |              |   |
| <b>Итого часов:</b> |  |         | <b>10</b>   | <b>22</b>                 | <b>4</b>               | <b>зачёт</b> |   |

## Очная форма обучения для 3 потока

| №                   | 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                   | Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»  | 1       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 2                   | Защита населения в чрезвычайных ситуациях  | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 3                   | Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека   | 1       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 4                   | Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.                                       | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 5                   | Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия | 1       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6                   | Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии   | 1       | 2   | 4                         | 2                      |          |   |
| 7                   | Первая доврачебная помощь  | 1       | 2   | 6                         | -                      |          |   |
| 8                   | Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека<br>Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности   | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |  |         | <b>10</b>   | <b>22</b>                 | <b>4</b>               |          | <b>зачёт</b>                                  |

## **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) (Приложение к рабочей программе дисциплины (модуля)).

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

### ***. Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.***

1. Основные понятия дисциплины БЖД.
2. Задачи БЖД.
3. Общие характеристики опасностей, причины.
4. Понятие идентификации опасностей.
5. Квантификация и таксономия опасностей.
6. Назначение и понятие номенклатуры опасностей.
7. Средства обеспечения безопасности.
8. Методы обеспечения безопасности.
9. Основные принципы обеспечения безопасности.
10. Методы исследования загазованности воздуха рабочей зоны. Линейно-колориметрический метод.
11. Методы исследования запыленности воздушной среды. Суть весового метода.
12. Исследование естественного производственного освещения. Суть метода Данилюка и его назначение.
13. Исследование искусственного производственного освещения. Классификация искусственного производственного освещения.
14. Исследование методов защиты от шума. Основные акустические понятия.
15. Методы и средства обеспечения безопасной работы за персональным компьютером.



16. Оказание доврачебной помощи при химических и термических ожогах.
17. Оказание доврачебной помощи при тепловом или солнечном ударе.
18. Источники инфекции. Механизмы передачи инфекции.
19. Способы транспортировки пораженных током.
20. Действия по сигналу «Воздушная тревога» (Радиационная опасность», «Химическая тревога»).
21. Гражданская оборона.
22. Чрезвычайная ситуация.
23. Силы и средства входящие в состав РСЧС.
24. Дезинфекция, дезинсекция и дератизация.
25. Действие шума на человека. Защита от шума.
26. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.
27. Опасности, связанные с болезнями, передаваемые половым путем, и их профилактика.
28. Первая помощь при переохлаждении и обморожении.
29. Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера.
30. Профилактика болезни «укачивания».
31. Первая помощь при аллергиях и поллинозах.
32. Первая медицинская помощь при обмороке.
33. Механическая асфиксия (приём «Буратино», приём «Геймлиха»).
34. Причины социальных опасностей и их классификация
35. Классификация лесных пожаров, способы тушения. Профилактика лесных пожаров.
36. Сигналы бедствия
37. Антропогенные изменения в природе. Формы антропогенного воздействия человека на биосферу.
38. Первая помощь при поражении электрическим током.
39. Оружие массового поражения, его классификация, поражающие факторы и защита от них
40. Правила поведения во время грозы

41. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИД. Способы передачи ВИЧ-инфекции и меры ее профилактики.
42. Эвакуация населения из зон чрезвычайных ситуаций. Виды эвакуации.
43. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
44. Основные цели и задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций
45. Лесные и торфяные пожары, их последствия. Профилактика лесных и торфяных пожаров.
46. Чрезвычайные ситуации метеорологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
47. Чрезвычайные ситуации гидрологической и морской гидрологической природы: классификация, характеристика, характер явлений, способы защиты.
48. Природные пожары: причины возникновения, характер явлений, способы защиты.
49. Эпидемии и пандемии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
50. Эпизоотии и панзоотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
51. Эпифитотии и панфитотии: причины возникновения, основные виды возбудителей, способы борьбы и защиты.
52. Самооборона и ее правовые основы
53. Катастрофы с выбросами радиоактивных веществ.
54. Гидродинамические аварии и их последствия.
55. Влияние технических факторов на население.
56. Безопасность трудовой деятельности.
57. ЧС социального характера и их виды.
58. Безопасность жизнедеятельности при массовых беспорядках.
59. Выживание в случае потери работы.
60. Безопасность жизнедеятельности при ЧС криминального характера.

61. Необходимая самооборона, средства для самообороны и их использование.
62. Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе.
63. Правила поведения при проведении террористических актов.
64. Безопасность жизнедеятельности в случае технической аварии и ее особенности.
65. Действия населения при объявлении аварии технического характера.
66. Действия населения при объявлении эвакуации в случае технической аварии.
67. Особенности безопасности жизнедеятельности на транспорте.
68. Соблюдение безопасности на городском транспорте.
69. Безопасность жизнедеятельности на авиарейсах.
70. БЖД на железнодорожном транспорте (в поездах, в момент аварии или пожара).
71. Безопасность в ванной комнате, кухне.
72. Электро- и тепло-безопасность в домашних условиях.
73. Безопасность при употреблении продуктов питания.
74. Защита от нападения (укусов) животных.
75. Общие правила БЖД в случае опасностей криминального характера.
76. Действия при защите жилья от нападения.
77. Соблюдение безопасности на улице.
78. Соблюдение безопасности на массовых мероприятиях.
79. Психологические проблемы безопасности. Основные типы психических состояний.
80. Реакции человека на опасность: тревога, страх, испуг, паника

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

### **а) Основная литература:**

1. Федоренко В.Н. Безопасность жизнедеятельности : учеб.пособие. Вып. 1: Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: задачи и состав войск и сил РСЧС и ГО / В.Н. Федоренко, И.А. Ротанов, В.Г. Подковыров ; Гос. ком-т РФ по физ. культуре, спорту и туризму, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта. - Омск: [Изд-во СибГУФК], 2013. - 99 с.: ил.
2. Безопасность жизнедеятельности : учеб.для студентов учреждений высш. проф. образования / [С.А. Полиевский [и др.]] ; под ред. С.А. Полиевского. - М.: Академия, 2013. - 366 с.: ил.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Защита населения и объектов в чрезвычайных ситуациях. Радиационная безопасность: пособие : в 3 ч. Ч. 2: Система выживания населения и защита территорий в чрезвычайных ситуациях / С.В. Дорожко [и др.]. - 4-е изд., перераб. и доп. - Минск: Дикта, 2013. - 387 с.: ил.
2. Полиевский С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД / [Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.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. гигиены, БЖД, экологии и спортсооружений. - М., 2013. - 227 с.: ил., табл.
3. Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2014.
4. Терроризм (Это должен знать каждый). Рекомендации гражданам. Разработаны Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России по г. Москве и Московской области. - М.: Изд. «Изографус», 2014. – 45 стр.
5. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учеб.пособие для студентов образоват. учреждений сред. проф. образования, обучающихся по мед. специальностям : доп. М-вом образования РФ / Г.С. Ястребов. - Изд. 9-е. - Ростов н/Д: Феникс, 2014. - 415 с.: ил.

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

1. Интернет-ресурсы: Агентство МЧС по мониторингу и прогнозированию ЧС /<http://www.amre.ru>
2. Наследухов А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий. — М.: Дрофа, 2014.

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.

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

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

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 **«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»** для обучающихся на Тренерском факультете 1 курса, направление подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профиль подготовки «Спортивная подготовка в избранном виде спорта», очная форма обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр очной для 3 потока, 2 семестр очной для 1 и 2 потоков.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости   | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | <i>Выступление на семинаре «ЧС природного характера»</i>   | 10                         |
| 2 | <i>Выступление на семинаре «ЧС социального характера»</i>  | 10                         |
| 3 | <i>Выступление на семинаре «Первая доврачебная помощь»</i> | 10                         |
| 4 | <i>Выступление на семинаре «Защита населения в ЧС»</i>     | 10                         |
| 5 | <i>Тестирование по теме «Факторы выживания»</i>            | 10                         |
| 6 | <i>Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»</i>    | 10                         |
| 7 | <i>Написание реферата по предложенной тематике</i>         | 10                         |
| 8 | <i>Посещение занятий</i>                                   | 10                         |
|   | <i>Зачёт</i>   | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>   | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                     | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | <i>Тестирование по теме «Факторы выживания»</i>         | 10                         |
| 2 | <i>Тестирование по теме «ЧС техногенного характера»</i> | 10                         |
| 3 | <i>Написание реферата по предложенной тематике</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.

### 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 университет спорта «ГЦОЛИФК»»



**Факультет адаптивной физической культуры, рекреации и туризма**

**Кафедра Спортивной медицины**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.0.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020

Москва 2023г.



**1. Общая трудоемкость дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»** составляет 1 зачетную единицу, 36 академических часов.

**2. Семестры освоения дисциплины:** 1 семестр очного обучения для 3 потока, 2 семестр очного обучения для 1 и 2 потоков, 1 семестр заочного обучения.

**3. Цель освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»**

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у студентов мировоззрения о неразрывном единстве профессиональной деятельности и безопасности и защищенности человека, что гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека;
- формирование у студентов системы знаний и представлений о современных методах и средствах обеспечения безопасности производственной деятельности человека и охраны окружающей среды;
- формирование навыков самостоятельной работы, необходимых для использования знаний в области безопасности жизнедеятельности при изучении специальных дисциплин и дальнейшей практической деятельности.

Данная дисциплина реализуется на русском языке.

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

##### «Безопасность жизнедеятельности»

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |                        |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) | Заочная форма обучения |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              | 6                      |
| УК-8  | <i>Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</i> | 2  | 2                              | 1                              | 1                      |
| УК-8.1  | <i>Знает классификацию и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, военных конфликтов; методы сохранения природной среды, факторы обеспечения устойчивого развития общества</i>                                    | 2  | 2                              | 1                              | 1                      |
| УК-8.2  | <i>Умеет обеспечивать условия труда на рабочем месте, безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций</i>   | 2  | 2                              | 1                              | 1                      |
| УК-8.3  | <i>Владеет методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками по применению основных методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности</i>   | 2  | 2                              | 1                              | 1                      |

## 5.Краткое содержание дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

### Очная форма обучения для 1 и 2 потоков

| №                   | 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                   | Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»  | 2       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 2                   | Защита населения в чрезвычайных ситуациях  | 2       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 3                   | Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека   | 2       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 4                   | Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.                                       | 2       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 5                   | Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия | 2       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6                   | Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии   | 2       | 2   | 4                         | 2                      |          |   |
| 7                   | Первая доврачебная помощь  | 2       | 2   | 6                         | -                      |          |   |
| 8                   | Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека<br>Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности   | 2       |   | 2                         | -                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |  |         | <b>10</b>   | <b>22</b>                 | <b>4</b>               |          | <b>зачёт</b>                                  |

## Очная форма обучения для 3 потока

| №                   | 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                   | Предмет и основные положения курса «Безопасность жизнедеятельности»  | 1       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 2                   | Защита населения в чрезвычайных ситуациях  | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 3                   | Факторы выживания, или факторы, способствующие сохранению жизни человека   | 1       | 2   | 2                         | -                      |          |   |
| 4                   | Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, грозы, ураганы, пурга, наводнения, сели, лесные и торфяные пожары и др.                                       | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| 5                   | Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: взрывы, пожары, выбросы ядовитых и радиоактивных веществ, производственные аварии, нарушение экологического равновесия | 1       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6                   | Чрезвычайные ситуации социального характера: терроризм, беспорядки, пограничные и военные конфликты, войны, эпидемии   | 1       | 2   | 4                         | 2                      |          |   |
| 7                   | Первая доврачебная помощь  | 1       | 2   | 6                         | -                      |          |   |
| 8                   | Обеспечение комфортных условий для жизни и деятельности человека<br>Психофизиологические и эргонометрические основы безопасности   | 1       |   | 2                         | -                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |  |         | <b>10</b>   | <b>22</b>                 | <b>4</b>               |          | <b>зачёт</b>                                  |

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



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра иностранных языков и лингвистики**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.04 «Иностранный язык»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры иностранных языков  
и лингвистики \_\_\_\_\_

(наименование)

Протокол № 44\_\_ от « 2 » июля 20 219\_ г.

Составитель:

Комова Елена Викторовна, к.п.н, доцент\_кафедры иностранных языков и  
лингвистики

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

## 1.Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Иностранный язык является:

-повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

## 1.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Иностранный язык» входит в базовую (обязательную) часть Блока I ФГОС 3++ ВО и является обязательной к изучению.

Курс дисциплины «Иностранный язык» проводится на первом курсе очного отделения (1, 2 семестр) и базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в процессе обучения иностранному языку в средней школе.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| УК 4  | УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.                                   | 1  | 1                              | 1                              |
|   | УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.<br>УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения. | 1  | 1                              | 1                              |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность.<br>УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности | 2 | 2 | 2 |
|--|---|---|---|

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 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.                | Наш университет            | 1       |   | 10                        | 1                      |          |   |
| 2.                | Спорт в России             | 1       |   | 10                        | 2                      |          |   |
| 3.                | Тест №1                    |         |   | 2                         |                        |          |   |
| 4.                | Спорт в Великобритании     | 1       |   | 10                        | 1                      |          |   |
| 5.                | Олимпийские игры           | 2       |   | 6                         | 6                      |          |   |
| 6.                | Здоровый образ жизни       | 2       |   | 6                         | 6                      |          |   |
| 7.                | Массовый спорт             |         |   | 6                         | 6                      |          |   |
| 8.                | Спорт и личность           | 2       |   | 6                         | 4                      |          |   |
| 9.                | Тест №2                    | 2       |   | 2                         | 6                      |          |   |
| 10.               | Домашнее чтение            | 2       |   | 6                         | 3                      |          |   |
| Итого часов: 108ч |                            |         |   | 64                        | 35                     | 9ч       | экзамен                                       |

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

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



справке по дисциплине (модулю) (Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)).

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

После изучения темы семестра проводятся лексико-грамматические задания по изученному материалу.

1) Собеседование по следующим темам:

1. Наш университет
2. Спорт в России
3. Спорт в Великобритании
4. Олимпийские игры
5. Здоровый образ жизни
6. Массовый спорт
7. Спорт и личность

### **Содержание экзамена.**

1. Устный ответ по теме
2. Собеседование по пройденным темам

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

а) Основная литература:

1. Е.Г.Борисенко, О.А.Кравченко. Английский язык для физкультурных специальностей. Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс, 2015, 410с.

б). Дополнительная:

1. И.Г.Федотова, Н.А. Ишевская «Ускоренный курс английского языка», Москва, Медицина XX1, 2006.
2. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С.Боянус. – М.: Локид-Пресс, Минск, Современ. слово, 2005 – 687с.
3. Аракин В.Д. Англо-русский словарь: Ок.40000 сл. и 60000

словосочетаний. – 17е изд., стер. – М.: Руск.яз., 2002-590 с.

4. Минаева Л.В. Англо-русский словарь: ок.25000 сл и 70000 словосочетаний – 7е изд., испр. – М.:Русс. Яз.Медиа, 2004- 633с.

5. Венявская В.М. Английский язык. Страноведение : учеб. для студентов вузов соответствует Гос. образоват. стандарту : утв. М-вом образования РФ = Across the countries and continents / В.М. Венявская. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 444 с.: ил.

6. Голицынский Ю. Грамматика : сб. упражнений / Ю. Голицынский, Н. Голицынская. - Изд. 7-е, испр. и доп. - СПб.: Каро, 2010. - 575 с.: табл.

7. Р.С. Довганенко. Английский язык. Пособие по аудированию. М.,2006.

8. DVD film “History of the Olympic Games”

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

bbc.co.uk news, BBC Learning English, elllo.org-English Listening

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

*–программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

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

– Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.

- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского (практического) типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) «Иностранный язык» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес очной форм обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: \_\_Иностранных языков и лингвистики\_\_

Сроки изучения дисциплины (модуля): \_\_1,2 семестр (ы) очная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости 1 семестр | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Выступление по теме «Наш университет»                              | 2 неделя  | 5                          |
| 2 | Выступление по теме «Спорт в России»                               | 4 неделя  | 5                          |
| 3 | Выступление по теме «Спорт в странах изучаемого языка»             | 6 неделя  | 10                         |
| 4 | Выступление по теме «Олимпийские игры»                             | 8 неделя  | 5                          |
| 5 | Лексико-грамматический тест №1                                     | 7 неделя,<br>10 неделя  | 15                         |
| 6 | Домашнее чтение  | В течение семестра  | 10                         |
| 7 | Работа на занятиях   | В течение семестра  | 20                         |
|   | Экзамен  |   | 30                         |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости 2 семестр | Сроки проведения | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|------------------|----------------------------|
|---|--|------------------|----------------------------|

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

|   |  | на очной<br>форме<br>обучения<br>(в неделях) <sup>2</sup> |                   |
|---|--|---|-------------------|
| 1 | Выступление по теме «Здоровый образ жизни» | 2 неделя  | 5                 |
| 2 | Выступление по теме «Массовый спорт»       | 4 неделя  | 5                 |
| 3 | Выступление по теме «Спорт и личность»     | 6 неделя  | 10                |
| 4 | Лексико-грамматический тест №2             | 7 неделя,<br>10 неделя                                    | 15                |
| 5 | Домашнее чтение                            | В течение<br>семестра                                     | 10                |
| 6 | Работа на занятиях                         | В течение<br>семестра                                     | 20                |
|   | <b>Экзамен</b>                             |   | <b>30</b>         |
|   | <b>ИТОГО</b>                               |   | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                        | Максимально<br>е кол-во<br>баллов |
|---|--|-----------------------------------|
|   | Контрольная работа №1 по разделу(модулю) «Мой университет» | 10                                |
|   | Выступление по теме «Мой университет»                      | 5                                 |
|   | Выступление по теме «Спорт в России»                       | 5                                 |
|   | Выступление по теме ««Спорт в странах изучаемого языка»»   | 5                                 |
|   | Выступление по теме «Олимпийские игры»                     | 10                                |
|   | Домашнее чтение  | 35                                |
|   |  |                                   |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом**

|                 |     |       |       |       |       |        |
|-----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
|-----------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|

|                                    |                          |   |                        |             |              |   |
|------------------------------------|--------------------------|---|------------------------|-------------|--------------|---|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |   | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |   |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E | D                      | C           | B            | A |

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом**

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

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

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

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



Институт Гуманитарный  
Кафедра иностранных языков и лингвистики

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

**Б1.О.04 «Иностранный язык»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, . Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

### 1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) :

Очная форма обучения составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часа.

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

1,2 семестры очное отделение

### 3.Цель освоения дисциплины (модуля) Иностранный язык является:

-повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании.

### 4.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Иностранный язык» входит в базовую (обязательную) часть Блока I ФГОС ФГОС 3++ ВО и является обязательной к изучению.

Курс дисциплины «Иностранный язык» проводится на первом курсе очного отделения (1, 2 семестр) и базируется на знаниях, умениях, навыках, приобретенных студентами в процессе обучения иностранному языку в средней школе.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| УК 4  | УК-4.1. Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка.                                   | 1  | 1                              | 1                              |
|   | УК-4.2. Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.<br>УК-4.3. Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения. | 1  | 1                              | 1                              |
|   | УК-4.4. Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность.<br>УК-4.5. Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на                            | 2  | 2                              | 2                              |



|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности |  |  |  |
|--|--|--|--|

## 6. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часа.

### Очная форма обучения

| №                        | Раздел дисциплины (модуля) | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                     |                         |           | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|--------------------------|----------------------------|---------|---|---------------------|-------------------------|-----------|---|
|                          |                            |         | Занятия лекционного   | Занятия семинарског | Самостоятел ьная работа | Контроль  |   |
| 1.                       | Наш университет            | 1       |   | 10                  | 1                       |           |   |
| 2.                       | Спорт в России             | 1       |   | 10                  | 2                       |           |   |
| 3.                       | Тест №1                    |         |   | 2                   |                         |           |   |
| 4.                       | Спорт в Великобритании     | 1       |   | 10                  | 1                       |           |   |
| 5.                       | Олимпийские игры           | 2       |   | 6                   | 6                       |           |   |
| 6.                       | Здоровый образ жизни       | 2       |   | 6                   | 6                       |           |   |
| 7.                       | Массовый спорт             |         |   | 6                   | 6                       |           |   |
| 8.                       | Спорт и личность           | 2       |   | 6                   | 4                       |           |   |
| 9.                       | Тест №2                    | 2       |   | 2                   | 6                       |           |   |
| 10.                      | Домашнее чтение            | 2       |   | 6                   | 3                       |           |   |
| <b>Итого часов: 108ч</b> |                            |         |   | <b>64</b>           | <b>35</b>               | <b>9ч</b> | <b>экзамен</b>                                |

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**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.05 Физическая культура и спорт»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес<sup>1</sup>

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

<sup>1</sup> далее считать следующее распределение профилей по потокам:

1 поток: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе

2 поток: Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта

3 поток: Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением Экспертно-методического совета  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 1 от «26» сентября 2019г.

Составители:

Клецов К.Г. – к.пед.н., доцент кафедры теории и методики танцевального спорта;  
Булькина Л.В. – к.пед.н., доцент, заведующая кафедрой теории и методики волейбола;  
Мартыненко И.В. – к.пед.н., доцент, заведующий кафедрой теории и методики конькобежного спорта, фигурного катания на коньках и кёрлинга;  
Моисеев А.Б. – к.пед.н., доцент, доцент кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных единоборств;  
Новикова Л.А. – к.пед.н., доцент, директор Института спорта и физического воспитания, заведующая кафедрой теории и методики гимнастики;  
Соловьев В.Б. – к.пед.н., доцент, доцент кафедры теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева.

Рецензент:

Вовк Сергей Иванович, доктор педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт»

Цель освоения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» – формирование физической культуры личности и способности самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

Дисциплина преподается и изучается на русском языке.

### 2. Место дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» в структуре ООП (ОПОП)

Дисциплина «Физическая культура и спорт» относится к обязательной части блока Б1 «Дисциплины (модули)» ООП. Она занимает важное место в подготовке бакалавров по направлению 49.03.01 - "Физическая культура" и является интегративной дисциплиной, объединяющей в себе информационно-гностические компоненты таких учебных предметов как: анатомия человека, безопасность жизнедеятельности, баскетбол, волейбол, лыжные гонки, тяжелоатлетические виды спорта, гимнастика, футбол, гандбол, плавание, легкая атлетика, история физической культуры и спорта. Строится на основе и с учётом их современных концепций, а также широко использует их понятийный аппарат. На очной форме обучения дисциплина логически и содержательно связана с "Элективными дисциплинами по физической культуре и спорту".

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-7  | <i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i> | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.1.   | Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.2.   | Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.3.   | Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.4.   | Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.5.   | Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.6.   | Умеет самостоятельно оценивать уровень  | 2  | 2                              | 2                              |

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

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Тема: Физическая культура личности. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 2 | Тема: Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.  | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 3 | Тема: Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности.  | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |

|                     |   |   |   |   |           |           |           |  |              |
|---------------------|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
| 4                   | Тема: Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.                       | 2 | 2 | 2 | 2         |           | 4         |  |              |
| 5                   | Тема: Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом.                    | 2 | 2 | 2 | 2         |           | 4         |  |              |
| 6                   | Тема: Требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и подготовка к сдаче норм. | 2 | 2 | 2 |           | 10        | 32        |  |              |
| <b>Итого часов:</b> |   |   |   |   | <b>10</b> | <b>10</b> | <b>52</b> |  | <b>зачет</b> |

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

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

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

Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.

1. Задачи и организация физического воспитания в высшем учебном заведении.
2. Основные понятия профессионально-прикладной физической подготовки студентов.
3. Основные факторы, определяющие содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов
4. Средства профессионально-прикладной физической подготовки студентов.
5. Мотивация и целенаправленность самостоятельных занятий физической культурой и спортом.
6. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности, их формы и содержание.
7. Особенности самостоятельных занятий в зависимости от возраста и пола.
- Планирование и управление самостоятельными занятиями.
8. Границы интенсивности нагрузок в условиях самостоятельных занятий.
9. Гигиена самостоятельных занятий.
10. Понятие самоконтроля и способы его осуществления.
11. Виды самоконтроля.
12. Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями на основании субъективных и объективных параметров
13. Внешние и внутренние признаки величины физической нагрузки.
14. Основные данные, регистрируемые в дневнике самоконтроля.
15. Содержание нормативных требований 6 ступени ГТО для мужчин и женщин
16. Дать характеристику основных упражнений включенных в комплекс ГТО и основные требования к их выполнению.
17. Правила безопасного поведения и эксплуатации инвентаря при сдаче нормативов комплекса ГТО.

18. Основные требования к технике выполнения упражнений комплекса ГТО.
19. Основные правила использования спортивного инвентаря и эксплуатации оборудования, используемого при сдаче норм ГТО.
20. Правила техники безопасности при выполнении одного из контрольных испытаний комплекса ГТО

Контрольные задания:

1. Демонстрация техники выполнения одного из упражнений комплекса ГТО при учете выполнения контрольных нормативов.
2. Оценить уровень своей подготовленности на основе пройденного тестирования.
3. Интерпретировать ход подготовки и сдачу контрольных испытаний на основе дневника самоконтроля

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

*Основная литература:*

а) Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению 032100 и по специальности 032101 : рек. уму по образованию в обл. физ. культура и спорт / Л.П. Матвеев. - Изд. 5-е, испр. и доп. - М.: Сов. спорт, 2010. - 340 с.: ил.

б) Холодов, Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению подгот. "Пед. образование" / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - 13-е изд., испр. и доп. - М.: Academia, 2016. - 495 с.: ил.

в) Теория и методика физической культуры [Электронный ресурс] : курс лекций : направление подгот. 49.03.01 : профиль подгот. "Спортив. подгот. в избр. виде спорта" : квалификация (степ.) выпускника - Бакалавр : формы обучения - оч., заоч. : утв. и рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / сост. Максименко А.М. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (РГУФКСМиТ), (ГЦОЛИФК)", Каф. теорет.-метод. основ физ. культуры и спорта. - М., 2019

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

д) Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта Например: «Хоккей» <http://mobileonline.garant.ru/#/document/72245194> /paragraph/1/highlight/ Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей:4.

*Дополнительная литература:*

1. Физическая культура и физическая подготовка [Электронный ресурс] : учебник / И.С. Барчуков, Ю.Н. Назаров, В.Я. Кикоть, С.С. Егоров, ред.: В.Я. Кикоть, ред.: И.С. Барчуков. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. — 432 с. : ил. — Авт. указ. на обороте тит. листа. — ISBN 978-5-238-01157-8. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/352740>

2. Барчуков И.С. Физическая культура : учеб. для студентов учреждений высш. проф. образования / И.С. Барчуков ; под общ. ред. Н.Н. Маликова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2012. - 526 с.: ил.

3. Гордон С.М. Спортивная тренировка: монография / С.М. Гордон. – М.: Физическая культура, 2008. – 287 с.

4. Евсеев Ю.И. Физическая культура : учеб. пособие для студентов вузов : рек. М-вом образования РФ / Ю.И. Евсеев. - Изд. 6-е. доп. И испр. – М. : Феникс, 2010. - 445 с.: ил.

5. Ильинич В.И. Физическая культура студента и жизнь: учебник / В.И. Ильинич.

– М.: Гардарики, 2008.

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

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

8. Самостоятельные занятия физическими упражнениями: учебно-методическое пособие / Н.Г. Лутченко, В.А. Щеголев, В.Ю. Волков [и др.]. – СПб.: СПбГТУ, 1999.

9. Самоконтроль при занятиях по комплексу ГТО / Синяков А.Ф. – М.: ФиС, 1988 – 32 с. : ил.

10. Толковый словарь спортивных терминов : Ок. 7400 терминов / Сост. Ф.П. Суслов, С.М. Вайцеховский. – М. : ФиС. 1993. – 352 с.

11. Физическая культура и спорт в Российской Федерации : новые вызовы современности : монография / С.В. Алексеев [и др.]. – М.: Теория и практика физ. Культуры и спорта. 2013. – 779 с.: ил.

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

1. <https://www.gto.ru> – сайт ВФСК ГТО.

2. <https://www.minsport.gov.ru/> - сайт Министерства спорта Российской Федерации.

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 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:*

○ Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

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

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

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

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

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

4. Спортивные залы с комплектом специализированного оборудования и инвентаря.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Физическая культура и спорт»  
для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Сроки изучения дисциплины: 2 семестр  
Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости   | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Посещение занятий  | 23-42   | 10                         |
| 2 | Выступление на семинаре на тему:<br>«Роль комплекса ГТО в физическом воспитании студентов»       | 23-26   | 10                         |
| 3 | Подготовка и заполнение дневника самоконтроля  | 23-42   | 10                         |
| 4 | Написание и защита реферата по теме<br>«Значение физической культуры и спорта в жизни студентов» | 27-35   | 20                         |
| 5 | Контроль нормативов по комплексу ГТО (VI ступень)  | 36-42   | 30                         |
| 6 | <b>Зачёт</b>   |   | <b>20</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

<sup>2</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

| № | Виды текущего контроля успеваемости  | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Написание реферата по теме «Общая физическая и спортивная подготовка обучающихся в образовательном процессе»                               | 10                         |
| 2 | Написание реферата по теме «Значение самоконтроля на занятиях физической культуры и спортом»   | 10                         |
| 3 | Написание реферата по теме «Комплекс ГТО как программная и нормативная основа системы физического воспитания граждан Российской Федерации» | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



Институт спорта и физического воспитания

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.05 Физическая культура и спорт»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц.

2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 2.

3.Цель освоения дисциплины: формирование физической культуры личности и способности самостоятельного поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине:

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-7  | <i>Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</i> | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.1.   | Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.2.   | Знает правила эксплуатации спортивного инвентаря  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.3.   | Знает требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.4.   | Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.5.   | Знает правила безопасности при выполнении физических упражнений   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.6.   | Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.7.   | Умеет пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности  | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.8.   | Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.9.   | Способен на самоконтроль и анализ своего физического состояния, физической подготовленности   | 2  | 2                              | 2                              |
| УК-7.10.  | Владеет техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов                                | 2  | 2                              | 2                              |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Тема: Физическая культура личности. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов. | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 2 | Тема: Основы здорового образа жизни студента. Роль физической культуры в обеспечении здоровья.  | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 3 | Тема: Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Физическая культура в профессиональной деятельности.  | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 4 | Тема: Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями.   | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 5 | Тема: Самоконтроль студентов, занимающихся физическими упражнениями и спортом.  | 2       | 2       | 2       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 6 | Тема: Требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и подготовка к сдаче норм.   | 2       | 2       | 2       |   | 10                        | 32                     |          |   |
|   | <b>Итого часов:</b>   |         |         |         | <b>10</b>   | <b>10</b>                 | <b>52</b>              |          | <b>зачет</b>                                  |

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



Гуманитарный Институт

Кафедра Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.06 ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования  
Протокол № 19 от 26 апреля 2019 г.

Составители: Мельникова Наталия Юрьевна – доктор педагогических наук,  
профессор, заведующая кафедрой ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Леонтьева Надежда Сергеевна – кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Леонтьева Любовь Сергеевна – преподаватель кафедры ИФКСиОО  
РГУФКСМиТ

Трескин Алексей Валерьевич – кандидат педагогических наук, профессор  
кафедры ИФКСиОО РГУФКСМиТ

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины *История физической культуры и спорта* является: изучение форм, средств и методов, идей и теорий в области физической культуры и спорта, вооружить студентов историческими занятиями, которые они смогут использовать в практике своей будущей специальности. Воспитание историей - важный метод углубления умственной, нравственной и эстетической подготовки будущего педагога, тренера и организатора в области физической культуры и спорта.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина История физической культуры и спорта входит в Блок 1 обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура

Дисциплина органично связана с отдельными элементами ООП:

- является предшествующей освоению профессиональных дисциплин (модулей) / прохождению отдельных типов практики: История (история России, всеобщая история), Философия, Педагогика физической культуры и спорта, Спортивная дипломатия;

- итоговая оценка уровня сформированности освоенных за период практики компетенций проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-5  | <i>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</i><br><b>Знать:</b> УК-5.2. Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах<br><b>Уметь:</b> УК-5.4. Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, |  |                                | 2                              |



|       |   |  |  |   |
|-------|---|--|--|---|
| ОПК-6 | <p>этическом и философском контекстах</p> <p><b>Владеть:</b> УК-5.6. Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности</p> <p><i>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></p> <p><b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта;</p> <p>ОПК-6.2. Знает место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта.</p> <p><b>Уметь:</b> ОПК-6.9. Умеет использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</p> <p>ОПК-6.14. Умеет формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p> <p><b>Владеть:</b> ОПК-6.15. Имеет опыт обобщения информации о достижениях в сфере физической культуры и спорта.</p> |  |  | 2 |
|-------|---|--|--|---|

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### очная форма обучения

| №                      | Раздел дисциплины     | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------------|-----------------------|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                        |                       | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1                      | Всеобщая история ФКиС |         |         | 2       | 2   | 8                         | 10                     |          |   |
| 2                      | История ФКиС России   |         |         | 2       | 2   | 10                        | 10                     |          |   |
| 3                      | История МСиОД         |         |         | 2       | 2   | 8                         | 11                     |          |   |
| <b>Итого часов: 72</b> |                       |         |         |         | <b>6</b>  | <b>26</b>                 | <b>31</b>              | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                |

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

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

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

### **Вопросы к экзамену по курсу «История физической культуры и спорта»**

#### **Введение в предмет**

1. Что изучает история физической культуры и спорта? Каков ее предмет?
2. Что составляет научно-теоретическую, методологическую основу изучения истории физической культуры и спорта?
3. Назовите основные периоды и источники истории физической культуры и спорта.
4. В чем состоит значение истории ФКиС для подготовки специалистов в этой области?
5. Каковы структура и содержание учебника истории ФКиС?

#### **Всеобщая история физической культуры**

1. Какие существовали взгляды ученых на происхождение физических упражнений и игр?
2. Каковы особенности первоначального развития физической культуры в первобытном обществе?
3. Как происходило развитие физической культуры в странах Древнего Востока?
4. Из каких основных разделов состояла древнегреческая гимнастика?
5. Какие имелись различия в системах физического воспитания в Спарте и Афинах?
6. Где, как и когда проводились олимпийские праздники и другие древнегреческие игры? В чем их общественное значение?
7. Каковы особенности развития физической культуры в Древнем Риме?
8. Как отражались вопросы физического воспитания в трудах древних философов, врачей, скульпторов и поэтов?
9. Каковы причины упадка физической культуры в Древней Греции и Древнем Риме? В чем он проявлялся?
10. Каковы особенности развития физической культуры в средние века?
11. Как относилась средневековая церковь к физическому воспитанию в различных регионах мира?
12. Каким было содержание физической подготовки феодалов? В чем значение рыцарских турниров?
13. Какие игры получили распространение в средние века?

14. Как народные массы использовали физические упражнения и игры в борьбе за свои интересы?
15. Какова роль фехтовальных и стрелковых обществ в средневековых городах Европы?
16. Каковы особенности развития физической культуры в период средневековья в различных регионах земного шара? (Азия, Африка, Америка, Австралия, Европа).
17. Каковы взгляды гуманистов и ранних социалистов-утопистов на физическое воспитание человека?
18. Какое значение имело развитие физической культуры и спорта в средние века для последующих столетий?
19. Дайте краткую характеристику особенностей развития физической культуры и спорта с середины XVII века до начала XX века.
20. Как рассматривались вопросы физического воспитания в педагогических и философских теориях в странах Западной Европы в XVIII и XIX веков? Что в них общего и различного?
21. Каковы причины возникновения национальных гимнастических и спортивно-игровых систем? В чем различие этих систем?
22. Почему в странах континентальной Европы (Германия, Франция, Швеция) задачи физического воспитания решались преимущественно посредством гимнастики, а в Англии и США - спорта и игр?
23. Назовите виды спорта, гимнастики и игр, получивших наибольшее распространение в странах мира в конце XIX века.
24. Какие причины лежат в основе возникновения самостоятельных рабочих спортивных организаций?
25. В чем причина разделения спорта на любительский и профессиональный в Новое время?
26. Какие исторические условия определили появление гимнастических организаций «Сокол»? В чем сущность Сокольского движения?
27. Что такое рекреационное движение в области физической культуры и спорта?
28. Что нового внес в педагогическую теорию физического воспитания Ж. Демени?
29. Какие формы и методы работы скаутских организаций, предпринимательских спортивных клубов и Союза христианской молодежи Вы знаете?
30. В чем проявилась милитаризация физического воспитания и спорта в странах мира в годы I Мировой войны? В чем сущность метода Ж. Эбера?
31. Как шло развитие любительского и профессионального спорта в XIX и в начале XX века?
32. Назовите основные исторические факторы, которые оказали большое влияние на развитие физической культуры и спорта в первой половине XX века.
33. Назовите основные направления развития физической культуры и спорта в Германии, США, Италии, Японии и в других странах накануне II Мировой войны.

34. Дайте характеристику развитию рабочего спорта в Чехословакии, Финляндии, Германии в первой половине XX века.
35. Как повлияли итоги I Мировой войны на постановку физического воспитания в школах зарубежных стран?
36. В чем сущность естественной школьной гимнастики К. Гаульгофера, М. Штрайхера и основной гимнастики Н. Бука?
37. Как использовалось спортивное движение в милитаристских целях?
38. Какие изменения произошли в развитии физической культуры и спорта в зарубежных странах во второй половине XX века?
39. Каковы особенности развития физической культуры и спорта в бывших социалистических странах? В чем причины успешного выступления спортсменов этих стран на Олимпийских играх в 50-80-е годы XX века?
40. Назовите особенности развития физической культуры в странах Африки, Азии и Латинской Америки после II Мировой войны.
41. Какие основные черты характеризуют развитие физической культуры и спорта в странах мира во второй половине XX - начале XXI вв.?
42. Дайте характеристику развитию физического воспитания и спорта в учебных заведениях зарубежных стран на современном этапе?
43. Как развивается олимпийский спорт, «спорт для всех», церковный, рабочий, профессиональный спорт в зарубежных странах во второй половине XX века?
44. Каковы достижения зарубежных стран на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх во второй половине XX - начале XXI вв.?
45. «Спорт для всех». Дайте характеристику этому явлению.
46. Какие страны мира особенно преуспели в развитии спорта в последнее десятилетие? Как Вы думаете, в чем причина этого успеха?
47. Коммерциализация современного спорта.

### **История физической культуры и спорта России**

1. Какие физические упражнения и игры древних народов Севера и Юга России входили в состав самобытной системы физического воспитания? Какова связь этой системы с трудом, военным делом и бытом народа?
2. В чем своеобразие физического воспитания у древних славян и в Древнем русском государстве?
3. В чем основные различия развития физической культуры народных масс и господствующего класса?
4. Как рассматривались вопросы физического воспитания в медицинской (Авиценна) и педагогической (Славинецкий) литературе в период раннего феодализма?
5. Какое влияние оказали реформы, введенные в России в начале XVIII века, на развитие физической культуры и спорта?
6. С какого времени, и в каких учебных заведениях России вводится физическая подготовка как обязательный предмет?
7. Как складывалась и развивалась система физической подготовки в русской армии?
8. Каковы особенности развития в России народных форм физического воспитания в XVIII-XIX вв.? Какое отражение они нашли в литературе,

поэзии, искусстве?

9. Какие причины лежат в основе развития спорта и игр в быту дворянства России XVIII-XIX вв.? Назовите виды спорта, игры и методические пособия к ним.

10. Какое отражение нашли вопросы физического воспитания в педагогической (И.И. Бецкой, Н.И. Новиков) и философско-публицистической (А.Н. Радищев, В.Г. Белинский, А.Н. Герцен) литературе?

11. Как происходило развитие идейно-теоретических (Н.Г. Чернышевский, Н.А. Добролюбов), педагогических (К.Д. Ушинский) и естественнонаучных (И.М. Сеченов, И.П. Павлов, Е.А. Покровский, Е.А. Дементьев) основ физического воспитания?

12. Раскройте учение П.Ф. Лесгафта о физическом образовании и расскажите о его педагогической деятельности.

13. Как было организовано физическое воспитание в школах и других учебных заведениях в конце XIX и в начале XX века?

14. Какие причины лежат в основе возникновения современных видов спорта в России и создания спортивных клубов?

15. Как шло развитие теории и методики физического воспитания и спорта (В.В. Гориневский, В.Е. Игнатьев, В.П. Пирусский, Б. Котов, Н. Панин) в начале XX века.

16. Какие виды спорта получили наибольшее развитие в России? Назовите лучших спортсменов-пионеров русского спорта.

17. Какое участие принимала Россия в создании МОК и проведении первых Олимпийских игр?

18. Как выступали спортсмены России на Олимпийских играх и в других международных соревнованиях?

19. Назовите причины проведения Всероссийских Олимпиад.

20. Каково было состояние спортивно-гимнастического движения в России накануне Февральской революции?

21. Какие изменения в развитии физической культуры и спорта произошли в нашей стране после победы большевиков?

22. Как развивалось физкультурное движение в первые годы Советской власти? Какие трудности оно испытывало?

23. В чем состояла суть постановлений ЦК РКП(б) от 13 июля 1925 г. и ЦК ВКП(б) от 23 сентября 1929 г.?

24. В чем проявилось укрепление государственных и общественных основ советской системы физического воспитания в довоенные годы?

25. Какое значение имели и с какой целью вводились комплексы ГТО и другие военно-прикладные нормативы и значки в 30-е г.?

26. Как происходило и какие трудности испытывало физическое воспитание в школах и других учебных заведениях в 20-е и 30-е гг.?

27. Каковы были достижения советских спортсменов в эти годы? Когда и почему было введено почетное звание «Заслуженный мастер спорта»?

28. Какое значение для развития физкультурного движения имела Всесоюзная Спартакиада 1928 г.?

29. Назовите имена ведущих отечественных ученых и примеры развития науки о физической культуре и спорте в довоенные годы.
30. Какое влияние оказало создание административной системы и возникновение культа личности Сталина на состояние физической культуры и спорта в конце 30-х гг.?
31. Каковы особенности участия советских спортсменов в международных соревнованиях в 20-е и 30-е гг.?
32. Каковы особенности развития физкультурного движения в СССР в годы II Мировой войны?
33. Назовите и дайте характеристику основным формам работы физкультурных организаций по военно-физической подготовке населения в годы войны?
34. Приведите примеры мужества и героизма, проявленные советскими спортсменами на фронтах Войны.
35. Как происходило дальнейшее развитие и восстановление массового физкультурного движения, и повышение мастерства спортсменов в послевоенные годы?
36. Как развивалась наука о физическом воспитании и спорте в послевоенный период?
37. Какие изменения произошли в развитии физического воспитания и спорта в школах и других учебных заведениях?
38. Какие изменения произошли в международных спортивных связях СССР в послевоенный период? Чем это было обусловлено?
39. Когда и где состоялся дебют советских спортсменов на Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх? Каковы его итоги? Каковы основные итоги выступления наших спортсменов на Олимпийских играх от Рима до Барселоны, от Скво-Вэлли до Альбервилля?
40. Назовите задачи, этапы и значение Спартакиад народов СССР и их роль в развитии советского физкультурного движения.
41. В чем причины упадка популярности комплекса ГТО в 70-80-е годы?
42. Как повлияли застойные явления в экономике, политике и культуре на состояние и развитие ФКиС в период «развитого социализма»?
43. Какие проблемы встали перед физкультурным движением России в связи с распадом СССР и образованием СНГ?
44. Какие органы государственного и общественного руководства в области физической культуры и спорта созданы в Российской Федерации?
45. Когда был создан Олимпийский комитет России и каковы его задачи?
46. Где, когда и с какими результатами состоялось первое самостоятельное выступление команды Российской Федерации на Олимпийских зимних играх и Играх Олимпиад?
47. Расскажите о результатах выступлений команды России на XVII Олимпийских зимних Играх (Лиллехаммер - 94 г.) и Играх XXVI Олимпиады в Атланте 1996 г.
48. Участие российских спортсменов в XVIII Олимпийских зимних играх в Нагано (1998 г.), XIX – в Солт-Лейк-Сити (2002 г.), XX – в Турине (2006 г.), XXI - в Ванкувере (2010 г.), XXII - в Сочи (2014 г.) и Играх XXVII

Олимпиады в Сиднее (2000 г.), XXVIII – в Афинах (2004 г.), XXIX – в Пекине (2008 г.), XXX - в Лондоне (2012 г.), XXXI - в Рио-де-Жанейро (2016 г.).

49. Что предпринимается правительством РФ, Федеральным Агентством РФ в вопросах укрепления здоровья населения, роста авторитета российского спорта на международной арене?

50. Как готовилась Россия к XXII Олимпийским зимним Играм 2014 и Играм XXXI Олимпиады 2016 г.?

51. Анализ выступления сборных команд РФ на Играх XXXI Олимпиады 2016 г. и в XXII Олимпийских зимних Играх 2014?

52. Сочи – столица XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр.

### **История международного спортивного и олимпийского движения**

1. Какие исторические предпосылки лежат в основе возникновения международного спортивного и олимпийского движения?

2. Назовите основные виды спорта и международные спортивные объединения конца XIX и начала XX века.

3. На каком конгрессе был создан МОК, принята Хартия и определены сроки проведения Игр первой Олимпиады.

4. Какова роль П. де Кубертена в становлении и развитии современного олимпийского движения?

5. Какие виды спорта входили в программу Игр I Олимпиады современности? Спортсмены каких стран наиболее успешно выступали на этих Играх? Назовите их имена.

6. В чем значение Игр I Олимпиады современности для дальнейшего развития олимпийского движения.

7. Где проходили Игры Олимпиад до начала I Мировой войны? Что характерно для этих Игр? Назовите имена наиболее выдающихся спортсменов (1896-1912 гг.)

8. Какое влияние оказала международная обстановка первой половины XX века на МСФ?

9. Какие новые МСФ и новые формы проведения Игр и соревнований возникли в первой половине XX века?

10. Расскажите об Играх Олимпиад и Олимпийских зимних играх в период между I и II Мировыми войнами.

11. Назовите имена выдающихся спортсменов, чемпионов Игр Олимпиад, Олимпийских зимних игр первой половины XX века.

12. Как шло развитие международного рабочего спортивного движения в первой половине XX века?

13. Назовите имена президентов МОК конца XIX - первой половины XX века. Какова их роль в развитии олимпийского движения.

14. Что Вы знаете об олимпийской символике и атрибутике?

15. Какие вопросы рассматривались на Олимпийских конгрессах первой половины XX века?

16. Расскажите об истории создания и содержании «Оды спорту».

17. Какие изменения произошли в развитии международного спортивного

движения после II Мировой войны? Чем они были вызваны?

18. Какие факты свидетельствуют о расширении международного спортивного движения в послевоенный период?
19. Назовите крупнейшие международные спортивные соревнования второй половины XX века. Дайте им характеристику.
20. Игры Доброй воли. Как они возникли, какие задачи решали, какова их судьба?
21. Что изменилось в программе Олимпийских игр в последнее десятилетие?
22. Что входит в содержание понятий «олимпизм», «олимпийское движение», «Олимпийские игры»?
23. Расскажите о соотношении спортивных сил на Играх Олимпиад в конце 40-х – начале 90-х гг. С чем связаны изменения соотношений этих сил?
24. Какие кризисные явления наметились в международном Олимпийском движении в начале 70-х годов? С чем они были связаны?
25. Что Вы знаете о бойкоте в международном олимпийском движении?
26. Назовите президентов МОК второй половины XX века. Каков их вклад в развитие международного олимпийского движения?
27. В чем состоят основные итоги X, XI, XII Олимпийских конгрессов?
28. Олимпийские зимние игры 50-х - 80-х годов. Расскажите, как страны мира выступали в них.
29. Что изменилось в Олимпийском движении в начале 90-х годов? Какие события вызвали эти изменения?
30. Расскажите об итогах Игр в Альбервилле - 92 г. и Барселоне - 92 г.
31. Чем вошли в историю международного олимпийского движения XVII Олимпийские зимние игры в Лиллехаммере в 1998 г.? Как выступали в них страны мира?
32. Расскажите об Играх XXVII Олимпиады в Сиднее (Австралия) - 2000 г.
33. Как прошли Олимпийских зимние игры от Солт-Лейк-Сити (США) в 2002 г. до Ванкувера в 2010 г. Какова динамика расстановки сил по итогам Игр?
34. Дайте анализ Игр Олимпиад от Афин (Греция, 2004 г.) до Рио-де-Жанейро (Бразилия, 2016 г.)
35. Что Вы знаете о современных региональных играх? Какую роль они играют в развитии международного спортивного и олимпийского движения?
36. АНОК - дайте характеристику этой организации.
37. АМСФ. Что Вы знаете о ее деятельности?
38. Современный МОК. Дайте характеристику его состава, содержанию деятельности.
39. Олимпийская Хартия. Что Вы знаете о ней?
40. Шестой президент МОК М. Килланин. Какой вклад он внес в развитие международного олимпийского движения?
41. Х.А. Самаранч - седьмой президент МОК. Каковы заслуги его в развитии международного олимпийского движения?
42. Проблемы современного международного спортивного и олимпийского



движения. Расскажите, что предпринимается для их решения.

43. Каковы итоги более чем 100-летнего развития Олимпийского движения?

44. Явления коррупции в МОК и международном спорте. Что предпринимается в борьбе с ними?

45. Дайте анализ Игр XXX Олимпиады в Лондоне (2012 г.) и XXI Олимпийских зимних игр в Ванкувере (2010 г.). Какова расстановка сил по итогам Игр?

46. Ж. Рогге – восьмой президент МОК.

47. Расскажите о Паралимпийских и других международных Играх людей с ограниченными возможностями.

48. Томас Бах – девятый президент МОК.

49. Что Вы знаете о получении г. Сочи права проведения XXII Олимпийских зимних и XI Паралимпийских зимних Игр?

50. Итоги Игр XXXI Олимпиады в Рио-де-Жанейро (2016 г.) и XXII Олимпийских зимних игр в Сочи (2014 г.).

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

а) Основная литература:

1. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник / А.В. Трескин, Н.Ю. Мельникова .— 2-е изд., с изм. и доп. — М. : Спорт : Человек, 2017 .— 432 с. : ил. — ISBN 978-5-906839-97-8 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641192>

2. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта: учебник / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин., под ред. проф. Н.Ю. Мельниковой – 2-е изд. с измен. и дополн. - М.: Сов. спорт, 2017. - 432 с.: ил.

б) Дополнительная литература:

1. История физической культуры и спорта : антология / Н.Ю. Мельникова [и др.]. - М.: Русь-Олимп, 2010. - 255 с.: ил.

2. История физической культуры и спорта : антология. Кн. 2. - М.: Русь-Олимп, 2011. - 319 с.: ил.

3. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта : учеб. в образоват. учреждениях, реализующих образоват. прогр. высш. проф. образования, проф. подгот. по дисциплине "Ист. физ. культуры и спорта" : рек. федер. гос. бюджет. образоват. учреждением высш. проф. образования "Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена" / Н.Ю. Мельникова, А.В. Трескин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 392 с.: ил.

4. Мельникова, Н.Ю. История физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : учебник / А.В. Трескин, Н.Ю. Мельникова .— М. : Советский спорт, 2013 .— 392 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0613-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/279287>

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

1. Официальный сайт кафедры ИФКСиОО <http://history.sportedu.ru>
2. Официальный сайт МОК <https://www.olympic.org/>
3. Официальный сайт ОКР <http://www.olympic.ru/>
4. Официальный сайт ЦОА <http://coa.sportedu.ru/>
5. Официальный сайт Минспорта РФ <https://minsport.gov.ru/>
6. Официальные сайты МСФ, сайты федераций РФ по видам спорта
7. Официальный сайт журнала «Олимпийская панорама» <http://op-tours.ru/>
8. Официальные сайты периодической печати в области физической культуры и спорта

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

- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - [lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru)
- БМСИ (Библиотека международной спортивной информации) - электронная библиотека по спортивной тематике - [bmsi.ru](http://bmsi.ru)
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - [elibrary.ru](http://elibrary.ru)
- Электронно-библиотечная система IPRbooks - [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
- Электронно-библиотечная система Znanium.com - [znanium.com](http://znanium.com)
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - [school-collection.edu.ru](http://school-collection.edu.ru)
- Российская государственная библиотека - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Федеральный портал "Российское образование" - [www.edu.ru](http://www.edu.ru)
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

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

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «История физической культуры и спорта»  
для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Истории физической культуры, спорта и Олимпийского образования  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр (3 поток)  
Форма промежуточной аттестации: экзамен.

*Если номера семестров не совпадают при реализации дисциплины (модуля) на очной или заочной формах обучения, то указываются номера семестров отдельно для каждой формы обучения.*

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

3 поток

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|----|--|---|----------------------------|
| 1. | Контрольная работа 1 Всеобщая История ФКиС               | 27  | 9                          |
| 2. | Контрольная работа 2 История ФКиС СССР и РФ              | 30  | 9                          |
| 3. | Контрольная работа 3 История МСиОД                       | 33  | 9                          |
| 4. | Тезисы (конспекты лекций)                                | 37-41   | 9                          |
| 5. | Опрос 1 Всеобщая История ФКиС                            | 27  | 3                          |
| 6. | Опрос 2 История ФКиС СССР и РФ                           | 31  | 3                          |
| 7. | Опрос 3 История МСиОД                                    | 34  | 3                          |
| 8. | Доклад, презентация                                      | 28-39   | 10                         |

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

|     |                           |       |                   |
|-----|---------------------------|-------|-------------------|
| 9.  | Реферат                   | 32-39 | 10                |
| 10. | Учебные задания (Таблицы) | 27-40 | 15                |
| 11. | <b>Экзамен</b>            | 43-44 | 20                |
|     | <b>ИТОГО</b>              |       | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Доклад, презентация                 | 10                         |
| 2 | Реферат                             | 10                         |
| 3 | Учебные задания (Таблицы)           | 15                         |
| 4 | Тезисы (конспекты лекций)           | 9                          |
|   |                                     |                            |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



Гуманитарный Институт

Кафедра Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.06 ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет **2** зачетных единицы, 72 ч.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 2 семестр (3 поток) .

3. **Цель освоения дисциплины:** изучение форм, средств и методов, идей и теорий в области физической культуры и спорта, вооружить студентов историческими занятиями, которые они смогут использовать в практике своей будущей специальности.

История физической культуры и спорта реализуется на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-5  | <p><i>Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</i></p> <p><b>Знать:</b> УК-5.2. Знает, как воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p> <p><b>Уметь:</b> УК-5.4. Умеет воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах</p> <p><b>Владеть:</b> УК-5.6. Использует информацию о межкультурном разнообразии общества социально-историческом, этическом и философском контекстах в профессиональной деятельности</p>   |  |                                | 2                              |
| ОПК-6   | <p><i>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</i></p> <p><b>Знать:</b> ОПК-6.1. Знает роль, структуру и функции физической культуры и спорта;<br/>ОПК-6.2. Знает место и роль нашей страны в развитии физической культуры и спорта.</p> <p><b>Уметь:</b> ОПК-6.9. Умеет использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;<br/>ОПК-6.14. Умеет формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.</p> <p><b>Владеть:</b> ОПК-6.15. Имеет опыт обобщения информации о</p> |  |                                | 2                              |

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| №                      | Раздел дисциплины     | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------------------|-----------------------|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                        |                       | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1                      | Всеобщая история ФКиС |         |         | 2       | 2   | 8                         | 10                     |          |   |
| 2                      | История ФКиС России   |         |         | 2       | 2   | 10                        | 10                     |          |   |
| 3                      | История МСиОД         |         |         | 2       | 2   | 8                         | 11                     |          |   |
| <b>Итого часов: 72</b> |                       |         |         |         | <b>6</b>  | <b>26</b>                 | <b>31</b>              | <b>9</b> | <b>экзамен</b>                                |



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



Институт спорта и физического воспитания

Кафедра анатомии и биологической антропологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
«Б1.О.07 Анатомия человека»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.01 – Физическая культура**  
(код и наименование)

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес  
(наименование)

Уровень образования: бакалавриат

Форма обучения: очная

Год набора 2020г.

Москва – 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 1 от «26» сентября 2019г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
анатомии и биологической антропологии  
(наименование)  
Протокол № 2 от «08» сентября 2020 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:

Савостьянова Евгения Борисовна, кандидат биологических наук, профессор  
кафедры анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ;

Силаева Людмила Викторовна, старший преподаватель кафедры анатомии и  
биологической антропологии РГУФКСМиТ;

Савченко Елена Леонидовна, старший преподаватель кафедры анатомии и  
биологической антропологии РГУФКСМиТ

Рецензент:

Година Елена Зиновьевна, доктор биологических наук, профессор, заведующая  
кафедрой анатомии и биологической антропологии РГУФКСМиТ

## **1. Цель освоения дисциплины (модуля)**

**Цель освоения дисциплины** – создать у студентов целостное представление о строении и функционировании организма и его адаптации к различным средовым факторам.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Программа дисциплины «**Анатомия человека**» **Б1.О.07** базовой части составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО с учетом рекомендаций и ПрООП ВО по направлению подготовки **49.03.01 Физическая культура** профили «Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес».

Данный курс тесно связан с дисциплинами медико-биологического цикла, таких как биомеханика, физиология, спортивная медицина, биохимия, спортивный массаж, и является фундаментом для их освоения. Программа

составлена с учетом современных данных о макро- и микроскопическом строении организма человека, возрастной и конституциональной морфологии.

В настоящее время актуальность приобретают знания о форме, строении, развитии, адаптации и функциях организма человека – объекта предстоящей деятельности выпускаемых специалистов по физической культуре.

### 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) |                                |                                |
|------------------|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|                  |  | Очная форма обучения (1 полет)                 | Очная форма обучения (2 полет) | Очная форма обучения (3 полет) |
| 1                | 3  | 5  | 6                              | 7                              |
| <b>ОПК-1</b>     | <b>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>                      |  |                                |                                |
| <b>ОПК-1.1</b>   | <i>Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</i> |  |                                | <i>1</i>                       |
| <b>ОПК-1.6</b>   | <i>Знает анатомо-морфологические особенности, физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</i>   |  |                                | <i>1</i>                       |
| <b>ОПК-1.9</b>   | <i>Знает анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств;</i>  |  |                                | <i>1</i>                       |
| <b>ОПК-2</b>     | <b>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>   |  |                                | <b>2</b>                       |

|              |  |  |  |   |
|--------------|--|--|--|---|
| ОПК-2.4      | Знает критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.);  |  |  | 2 |
| ОПК-2.8      | Умеет определять показатели физического развития человека;   |  |  | 2 |
| ОПК-2.12     | Имеет опыт проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;  |  |  | 2 |
| <b>ОПК-9</b> | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> |  |  | 2 |
| ОПК-9.1      | Знает методы измерения и оценки физического развития, двигательных качеств занимающихся;   |  |  | 2 |
| ОПК-9.12     | Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития;  |  |  | 2 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

#### Очная форма обучения

| №   | Раздел дисциплины   | Семестр  |          |          | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|----------|----------|----------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток  | 2 поток  | 3 поток  | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>I семестр</b>  |   |          |          |          |   |                           |                        |          |   |
| <b>Часть I. Человек как часть живой природы</b>                         |   |          |          |          |   |                           |                        |          |   |
| <b>Раздел 1. Биологические закономерности организации живой природы</b> |   | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |   | <b>4</b>                  | <b>3</b>               |          |   |
| 1.1.  | Уровни организации живой материи. Разнообразие форм живой природы | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |   |                           | <b>1</b>               |          |   |
| 1.2.  | Клеточный уровень   | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |   | <b>2</b>                  |                        |          |   |

|   |   |          |          |          |           |           |           |  |  |
|---|---|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|--|--|
|   | организации живой материи   |          |          |          |           |           |           |  |  |
| 1.3.  | Тканевый уровень организации живой материи                          | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| <b>Раздел 2. Биология развития</b>  |   | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |           | <b>4</b>  | <b>4</b>  |  |  |
| 2.1.  | Размножение организмов и эмбриональное развитие                     | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 2.2.  | Эмбриогенез человека  | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| <b>Часть II. Общетеоретические основы функциональной анатомии</b>               |   |          |          |          |           |           |           |  |  |
| <b>Раздел 3. Анатомо-физиологические особенности аппарата движения человека</b> |   | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>12</b> | <b>22</b> | <b>34</b> |  |  |
| 3.1   | Введение в функциональную анатомию                                  | I        | I        | I        | 2         |           |           |  |  |
| 3.2   | Скелет человека. Его строение и функции                             | I        | I        | I        | 2         |           |           |  |  |
| 3.3.  | Кости черепа  | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 3.4.  | Кости позвоночного столба и грудной клетки                          | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 3.5.  | Кости верхней конечности  | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 3.6.  | Кости нижней конечности   | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 3.7.  | Соединения костей. Классификация соединений. Классификация суставов | I        | I        | I        | 2         |           |           |  |  |
| 3.8.  | Соединения черепа   | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |
| 3.9.  | Соединения позвоночного столба и грудной клетки                     | I        | I        | I        |           | 2         | 4         |  |  |
| 3.10.   | Строение и функции суставов верхней конечности человека             | I        | I        | I        | 2         |           | 4         |  |  |
| 3.11.   | Соединения костей нижней конечности человека                        | I        | I        | I        | 2         |           | 4         |  |  |
| 3.12.   | Анатомические и физиологические особенности мышечной ткани          | I        | I        | I        | 2         |           |           |  |  |
| 3.13.   | Физиология нервно-мышечного аппарата                                | I        | I        | I        |           | 2         |           |  |  |
| 3.14.   | Мышцы шеи и головы  | I        | I        | I        |           | 2         |           |  |  |
| 3.15.   | Мышцы туловища  | I        | I        | I        |           | 2         | 2         |  |  |

|   |   |    |    |    |   |    |    |    |    |    |   |         |
|---|---|----|----|----|---|----|----|----|----|----|---|---------|
| 3.16.   | Функции мышц верхней конечности   | I  | I  | I  |   | 2  | 4  |    |    |    |   |         |
| 3.17.   | Функции мышц нижней конечности  | I  | I  | I  |   | 2  | 4  |    |    |    |   |         |
| 3.18.   | Морфокинезиологический анализ работы конечностей                                    | I  | I  | I  |   |    | 2  |    |    |    |   |         |
| <b>Раздел 4. Динамическая анатомия</b>  |   | I  | I  | I  | 2 | 4  | 10 |    |    |    |   |         |
| 4.1.  | Динамическая анатомия положений и движений тела человека                            | I  | I  | I  | 2 |    | 2  |    |    |    |   |         |
| 4.2.  | Динамическая анатомия циклических и ациклических движений тела                      | I  | I  | I  |   | 2  |    |    |    |    |   |         |
| 4.3.  | Динамическая анатомия вращательных движений тела                                    | I  | I  | I  |   | 2  |    |    |    |    |   |         |
| 4.4.  | Смещаемость внутренних органов человека при изменении положений тела в пространстве | I  | I  | I  |   |    | 2  |    |    |    |   |         |
| 4.5.  | Анатомический анализ положений и движений тела человека.                            | I  | I  | I  |   |    | 6  |    |    |    |   |         |
| <b>Итого часов 1 семестр:</b>   |   |    |    |    |   |    |    | 14 | 34 | 51 | 9 |         |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>   |   |    |    |    |   |    |    |    |    |    |   | Экзамен |
| <b>II СЕМЕСТР</b>   |   |    |    |    |   |    |    |    |    |    |   |         |
| <b>Раздел 5. Анатомо-физиологические особенности обеспечения двигательной деятельности человека</b> |   | II | II | II | 6 | 16 | 26 |    |    |    |   |         |
| 5.1.  | Внутренние органы   | II | II | II | 2 |    | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.1.1.  | Пищеварительная система   | II | II | II | 2 | 4  | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.1.2.  | Дыхательная система   | II | II | II |   | 2  | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.1.3.  | Мочевые органы  | II | II | II |   | 2  | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.1.4.  | Половые органы  | II | II | II |   | 2  | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.2.  | Сердечно-сосудистая система   | II | II | II | 2 |    | 2  |    |    |    |   |         |
| 5.2.1.  | Строение сердца и его работа  | II | II | II |   | 2  | 4  |    |    |    |   |         |
| 5.2.2.  | Сосуды большого круга кровообращения  | II | II | II |   | 2  | 4  |    |    |    |   |         |

|  |  |   |   |   |   |    |    |           |           |            |           |                |
|--|--|---|---|---|---|----|----|-----------|-----------|------------|-----------|----------------|
| 5.2.3  | Лимфатическая система и органы иммуногенеза              | П | П | П |   | 2  |    |           |           |            |           |                |
| 5.2.4  | Возрастные изменения органов сердечно-сосудистой системы | П | П | П |   |    | 6  |           |           |            |           |                |
| <b>Раздел 6. Анатомо-физиологический механизм регулирования и управления двигательной деятельностью человека</b> |  | П | П | П | 4 | 22 | 25 |           |           |            |           |                |
| 6.1.   | П  | П | П | П |   | 2  | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.2.   | Нервная система  | П | П | П | 2 |    | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.2.1.   | Центральная нервная система (ЦНС)                        | П | П | П |   | 8  | 4  |           |           |            |           |                |
| 6.2.2.   | Проводящие пути центральной нервной системы              | П | П | П | 2 | 2  | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.2.3.   | Периферическая нервная система                           | П | П | П |   | 4  | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.2.4.   | Вегетативная нервная система                             | П | П | П |   | 4  | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.2.5.   | Возрастные изменения центральной нервной системы         | П | П | П |   |    | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.3.   | Органы чувств – сенсорные системы                        | П | П | П | 2 |    | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.3.1.   | Зрительная, слуховая и вестибулярная сенсорные системы   | П | П | П |   | 2  | 2  |           |           |            |           |                |
| 6.3.2.   | Возрастные изменения органов чувств                      | П | П | П |   |    | 5  |           |           |            |           |                |
| <b>Итого часов 2 семестр:</b>  |  |   |   |   |   |    |    | <b>10</b> | <b>38</b> | <b>51</b>  |           |                |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>  |  |   |   |   |   |    |    |           |           |            | <b>9</b>  | <b>Экзамен</b> |
| <b>Итого часов:</b>  |  |   |   |   |   |    |    | <b>24</b> | <b>72</b> | <b>102</b> | <b>18</b> |                |

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

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



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

### **Вопросы для подготовки к экзамену**

#### **I-й семестр**

#### **Человек как часть живой природы**

##### **Биологические закономерности организации живой природы**

1. Клеточный уровень организации живой материи.
2. Деление соматических и половых клеток. Набор хромосом в соматических и половых клетках.
3. Нейрогормональная регуляция в дифференциации пола.
4. Эмбриогенез. Этапы. Особенности эмбриогенеза человека.
5. Тканевой уровень организации материи.
6. Строение, местоположение и функции эпителиальной ткани.
7. Строение, местоположение и функции соединительной ткани.
8. Строение, местоположение и функции мышечной ткани.
9. Строение, местоположение и функции нервной ткани.
10. Уровни организации живой материи.

##### **Анатомо-физиологические особенности аппарата движения человека**

1. Строение кости.
2. Классификация костей.
3. Понятия «система органов» и «аппарат».
4. Функции скелета человека.
5. Отделы скелета человека.
6. Этапы развития кости в онтогенезе.
7. Строение кости как органа.
8. Классификация соединений костей.
9. Классификация синартрозов.
10. Общий план строения сустава.
11. Добавочные образования суставов и их функциональные значения.
12. Факторы, укрепляющие сустав.
13. Классификация суставов.
14. Факторы, влияющие на подвижность в суставе.
15. Понятие о простых, сложных и комбинированных суставах.

16. Рост костей в длину и толщину. Инволютивные изменения в скелете.
17. Виды работ, выполняемые мышцами.
18. Стопа. Отделы стопы. Функциональное значение стопы. Своды стопы и мышцы, укрепляющие своды.
19. Функции мышечной системы. Возрастные изменения мышечной системы.
20. Строение мышцы как органа.
21. Классификация мышц.
22. Скелет пояса верхней конечности. Мышцы, участвующие в движении пояса верхней конечности.
23. Плечевой сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении плеча.
24. Локтевой сустав. Суставы, образующие локтевой сустав, и мышцы, участвующие в движении предплечья.
25. Лучезапястный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в приведении и отведении кисти.
26. Кисть и ее отделы. Соединение между предплечьем и кистью. Мышцы, участвующие в сгибании и разгибании кисти.
27. Таз как целое; функциональное значение этого образования. Строение крестцово-подвздошного сустава.
28. Скелет свободной нижней конечности. Строение тазобедренного сустава. Мышцы, участвующие в супинации и пронации бедра.
29. Строение костей, образующих тазобедренный сустав. Мышцы, участвующие в сгибании и разгибании бедра.
30. Коленный сустав. Строение костей, образующих сустав. Мышцы, участвующие в движении голени.
31. Суставы, в которых происходит движение стопы. Мышцы, участвующие в движении стопы.
32. Позвоночный столб. Строение и функциональное значение. Мышцы, участвующие в разгибании туловища.
33. Схема строения позвонка. Особенности позвонков разных отделов. Мышцы, участвующие в скручивании туловища.
34. Строение и функциональное значение грудной клетки. Основные

дыхательные мышцы.

35. Кости мозгового черепа и соединения между ними. Функциональное значение мозгового черепа. Мимические мышцы.

36. Кости лицевого черепа. Строение височно-нижнечелюстных суставов. Мышцы, участвующие в движении этих суставов.

37. Строение суставов, в которых происходит движение головы. Мышцы, участвующие в этих движениях.

38. Скелет грудной клетки. Строение и функции диафрагмы.

39. Соединения позвоночного столба. Мышцы, образующие брюшной пресс. Функциональное значение брюшного пресса.

40. Соединения грудной клетки. Слабозащищенные места туловища.

41. Особенности строения шейных позвонков. Мышцы, участвующие в сгибании туловища.

### **Динамическая анатомия**

1. План анализа положения или движения тела человека
2. Классификация движений
3. Внешние и внутренние силы, действующие в организме человека
4. Общий центр тяжести тела человека (ОЦТ), возрастные и половые особенности его местоположения
5. Центры тяжести отдельных частей тела человека
6. Методы определения ОЦТ человека
7. Центр объема тела человека
8. Удельный вес тела человека, его половые и возрастные особенности
9. Площадь опоры и ее характеристика
10. Виды равновесия тела человека, условия равновесия
11. Угол устойчивости тела, угол равновесия. Примеры из спортивной практики
12. Анатомическая характеристика антропометрического, спокойного, напряженного положений тела
13. Анатомическая характеристика ациклических движений на примерах из спортивной практики

14. Анатомическая характеристика циклических движений на примерах из спортивной практики

15. Анатомическая характеристика вращательных движений на примерах из спортивной практики

***Примерная тематика контрольных работ по избранному виду спорта***

1. Анатомический анализ низкого старта легкоатлета.
2. Анатомический анализ стойки боксера.
3. Анатомический анализ стартового положения пловца.
4. Анатомический анализ разных положений тела тяжелоатлета.
5. Анатомический анализ основной стойки фехтовальщика.
6. Анатомический анализ основной стойки стрелка.
7. Анатомический анализ выполнения движений в фехтовании.
8. Анатомический анализ стойки борца.

***План анатомического анализа положений или движений тела и его краткая характеристика:***

**I.** Описание положения тела спортсмена или его движения по фазам выполнения движения. Описание проводится на основе знаний данного вида спорта с использованием его понятийного аппарата и терминологии.

**II.** Анализ положения (движения) с точки зрения механики.

Описываются:

- взаимоотношения условий и сил, действующих при данном движении (положении);
- расположение общего центра тяжести (ОЦТ) тела и центры тяжести его отдельных звеньев; возможные перемещения ОЦТ от нормы в данном положении и при движении;
- площадь опоры;
- виды равновесия;
- условия равновесия;
- степень устойчивости тела.

Этот раздел реферата иллюстрируют два рисунка: положение тела в описываемой позе (или движение по фазам его выполнения) и площадь опоры (вид сверху). На общем рисунке обозначаются силы, действующие на тело, общий центр тяжести (ОЦТ), углы устойчивости.

### **III.** Положение звеньев опорно-двигательного аппарата.

При характеристике пассивной части опорно-двигательного аппарата необходимо описывать:

- положение каждого звена опорно-двигательного аппарата,
- сустав, в котором произошло это движение,
- ось, вокруг которой произошло движение в суставе.

### **IV.** Анализ состояния активной части опорно-двигательного аппарата.

В этом разделе необходимо:

- описать функциональные группы мышц, обеспечивающие данное положение или движение;
- установить состояние мышцы или группы мышц (напряжена, расслаблена, растянута, укорочена);
- проанализировать характер опоры мышц (проксимальная или дистальная);
- дать характеристику работы, выполняемой отдельными группами мышц (преодолевающая работа, уступающая, удерживающая или баллистическая).

### **V.** Особенности механизма внешнего дыхания.

Этот вопрос рассматривается как при нарушении нормального состояния компонентов данного механизма внешнего дыхания (грудной клетки и диафрагмы), так и спокойном равномерном дыхании.

Следует отметить:

- состояние грудной клетки (грудная клетка сдавлена или растянута);
- состояние межреберных мышц;
- положение и экскурсию диафрагмы;

- состояние мышц живота (при напряженных мышцах движения диафрагмы во время вдоха затруднены);

- тип дыхания: грудной, брюшной, смешанный.

**VI.** Особенности расположения и функции органов системы обеспечения (желудка, печени, почек, сердца).

**VII.** Влияние рассматриваемого упражнения и данного вида спорта на организм:

- скелет,
- мышцы,
- внутренние органы,
- сердце,
- координацию движений,
- осанку и рессорные свойства стопы.

**VIII .** Выводы и практические рекомендации.

## **II-й семестр**

### **Анатомо-физиологические особенности обеспечения двигательной деятельности человека**

1. Внутренние органы как органы системы обеспечения двигательной деятельности человека.
2. Классификация внутренних органов по строению.
3. Строение стенки полого внутреннего органа.
4. Общий план строения паренхиматозного внутреннего органа.
5. Отделы пищеварительного тракта и особенности строения стенки каждого отдела.
6. Печень (проекция, внешнее строение и функции). Пути оттока желчи.
7. Структурно-функциональная единица печени.
8. Поджелудочная железа (проекция, строение и функции).
9. Отделы толстого кишечника. Отличие толстого кишечника от тонкого по строению.

10. Брюшная полость. Брюшина. Образования брюшины. Интра-, мезо- и экстраперитонеальное расположение органов в полости брюшины.

11. Отделы воздухоносных путей и особенности строения их стенки.

12. Полость гортани. Механизм голосообразования.

13. Хрящи гортани, их проекция и функции.

14. Внешнее строение легких, их местоположение, отличие.

Средостение.

15. Строение бронхиального дерева.

16. Структурно-функциональная единица легкого.

17. Макростроение почки. Местоположение. Фиксирующий аппарат.

Смещение почек у спортсменов.

18. Функции почки. Структурно-функциональная единица почки.

19. Строение стенки мочевыводящих путей.

20. Строение мужских половых органов и их функция.

21. Строение женских половых органов и их функция.

22. Классификация сердечно-сосудистой системы. Артерии и вены.

23. Сердечно-сосудистая система как система обеспечения двигательной деятельности человека. Изменения под действием физических нагрузок.

24. Внешнее строение сердца и его проекция.

25. Камеры сердца и их связь с кругами кровообращения.

26. Клапаны сердца.

27. Круги кровообращения и их функциональное значение.

28. Проводящая система сердца.

29. Строение стенки сердца, изменения под действием физических нагрузок.

30. Закономерности расположения сосудов человека.

31. Строение стенки артериального сосуда, классификация по строению стенки, отличие от венозного сосуда. Возрастные изменения.

32. Строение аорты. Области кровоснабжения от ее частей (восходящей, дуги и нисходящей).

33. Микроциркуляторное русло, его функция.

34. Строение стенки венозного сосуда и факторы, способствующие движению крови по венозным сосудам.

35. Система верхней поллой вены.
36. Система нижней поллой вены.
37. Система воротной вены.
38. Классификация и функции лимфатической системы.
39. Строение, функции и топография лимфатических узлов.
40. Значение изучения лимфатической системы для спортсменов.

### **Анатомо-физиологический механизм регулирования и управления двигательной деятельности**

1. Строение нервной ткани и ее функции.
2. Классификация нейронов. Классификация рецепторов.
3. Строение, топография и функции белого и серого вещества мозга.
4. Классификация центральной нервной системы по топографическому и функциональному принципам.
5. Оболочки спинного и головного мозга.
6. Строение спинного мозга и его функции.
7. Строение сегмента спинного мозга.
8. Соматическая и вегетативная рефлекторные дуги.
9. Ветви спинномозгового нерва и их функции.
10. Шейное сплетение, его образование, проекция, ветви и область иннервации.
11. Плечевое сплетение, его образование, проекция, ветви и области иннервации.
12. Межрёберные нервы, их проекция и область иннервации.
13. Поясничное сплетение, его образование, ветви и область иннервации.
14. Крестцово-копчиковое сплетение, его образование, местоположение, ветви и область иннервации.
15. Отделы головного мозга. Желудочки головного мозга и их топография.
16. Строение и функции продолговатого мозга.
17. Строение и функции заднего мозга.
18. Строение и функции среднего мозга.
19. Строение промежуточного мозга и его функции.
20. Строение конечного мозга и его функции.



21. Базальные ядра и их функциональное значение.
22. Микроскопическое строение коры больших полушарий конечного мозга.
23. Локализация анализаторов в коре больших полушарий конечного мозга.
24. Подкорковые зрительные центры и локализация в коре больших полушарий анализаторов зрительного нерва.
25. Классификация проводящих путей центральной нервной системы.
26. Отделы головного мозга, связанные с экстрапирамидными двигательными путями.
27. Взаимосвязь телосложения человека с особенностями функционирования и физиолого-биохимическими показателями.
28. Общая характеристика и классификация двигательных путей центральной нервной системы.
29. Общая характеристика и классификация чувствительных путей центральной нервной системы.
30. Отличие симпатической нервной системы от парасимпатической нервной системы.
31. Железы внутренней секреции, их классификация.
32. Железы внутренней секреции, связанные с промежуточным мозгом.
33. Строение и функция надпочечников.
34. Строение глаза и ход зрительной информации.
35. Строение уха и ход слуховой информации.
36. Строение кожи.
37. Черепные нервы, их классификация, выход из мозга, основные функции.
38. Сенсорные системы человека.

### *Тестовые задания для оценки знаний студентов*

#### Вопросы для компьютерного тестирования по скелету человека.

- 1. Анатомические термины для обозначения частей верхних и нижних конечностей**
  - а.** проксимальный и дистальный
  - б.** латеральный и медиальный
  - в.** вентральный и дорсальный

4. каудальный и краниальный
2. **Плоскость, которая делит тело на передний и задний отделы**  
а. сагиттальная  
б. фронтальная  
в. горизонтальная  
г. перпендикулярная
3. **Эпифиз образован ... костным веществом**  
а. компактным  
б. волокнистым  
в. губчатым  
г. диплоэ
4. **Желтый костный мозг находится в**  
а. позвонках  
б. диафизах  
в. грудине  
г. эпифизах
5. **Эпифизы и диафиз – это части ... кости**  
а. плоской  
б. смешанной  
в. трубчатой  
г. губчатой
6. **Трубчатая кость растет в толщину за счет**  
а. надкостницы  
б. компактного вещества  
в. трабекул  
г. гиалинового хряща
7. **Трубчатая кость растет в длину за счет**  
а. надкостницы  
б. губчатого вещества  
в. костных каналов  
г. эпифизарного хряща
8. **Прерывные соединения костей - это**  
а. фиброзные  
б. диартрозы  
в. синхондрозы  
г. синостозы
9. **Синхондрозы - это соединения с помощью ... ткани**  
а. фиброзной  
б. плотной  
в. хрящевой  
г. костной
10. **Опорно-двигательный аппарат состоит из**  
а. скелета и мышц  
б. костей и мышц  
в. костей и их соединений

- г. мышц и связок
- 11. Активную часть опорно-двигательного аппарата составляют**
- а. мышцы
  - б. кости
  - в. соединения
  - г. фасции
- 12. Ткани, участвующие в образовании синдесмозов**
- а. хрящевая
  - б. костная
  - в. синовиальная
  - г. фиброзная
- 13. Виды соединений костей, являющиеся прерывными**
- а. синартрозы
  - б. диартрозы
  - в. симфизы
  - г. связки
- 14. Основными элементами сустава являются**
- а. связки, диски, мениски, губы, сумки
  - б. синдесмозы, синхондрозы, синостозы, симфизы
  - в. поверхности костей, покрытые хрящом, капсула, полость, синовиальная жидкость
  - г. метафиз, гиалиновый хрящ, эпифиз, диафиз
- 15. Дополнительные образования суставов**
- а. синдесмозы, синхондрозы, синостозы, симфизы
  - б. периосты, гиалиновый хрящ, эпифиз, диафиз
  - в. диски, мениски, губы, внутрисуставной хрящ
  - г. эпифизарный хрящ, капсула, полость, синовиальную жидкость
- 16. К наиболее подвижным относятся суставы**
- а. седловидные
  - б. эллипсоидные
  - в. шаровидные
  - г. цилиндрические
- 17. Амплитуда движения в суставе зависит от**
- а. суставной капсулы
  - б. количества костей, образующих сустав
  - в. формы суставных поверхностей
  - г. количества связок
- 18. Одноосные суставы по форме**
- а. седловидный, цилиндрический
  - б. эллипсоидный, седловидный
  - в. шаровидный, плоский
  - г. блоковидный, цилиндрический
- 19. Двухосные суставы по форме**
- а. седловидный, цилиндрический

- б. эллипсоидный, седловидный
  - в. шаровидный, плоский
  - г. блоковидный, цилиндрический
- 20. Многоосные суставы по форме**
- а. седловидный, цилиндрический
  - б. эллипсоидный, седловидный
  - в. шаровидный, плоский
  - г. блоковидный, цилиндрически
- 21. Движение свободной конечности вокруг фронтальной оси называется**
- а. супинация, пронация
  - б. отведение, приведение
  - в. сгибание, разгибание
  - г. циркумдукция
- 22. Движение свободной конечности вокруг сагиттальной оси называется**
- а. супинация, пронация
  - б. отведение, приведение
  - в. сгибание, разгибание
  - г. циркумдукция
- 23. Движение свободной конечности вокруг вертикальной оси называется**
- а. супинация, пронация
  - б. отведение, приведение
  - в. сгибание, разгибание
  - г. циркумдукция
- 24. Движение туловища вокруг вертикальной оси называется**
- а. наклоны в сторону
  - б. отведение, приведение
  - в. сгибание, разгибание
  - г. скручивание
- 25. Движение головы в атлanto-осевом суставе вокруг вертикальной оси называется**
- а. супинация, пронация
  - б. наклоны в сторону
  - в. повороты головы направо, налево
  - г. циркумдукция
- 26. Скелет туловища образован**
- а. позвоночником и поясом верхних конечностей
  - б. позвоночным столбом и грудной клеткой
  - в. позвоночником и поясом нижних конечностей
  - г. позвоночным столбом и черепом
- 27. Истинными ребрами являются**
- а. с 1 по 6
  - б. с 1 по 7
  - в. с 8 по 10
  - г. с 8 по 12

- 28. Структурно-функциональной единицей кости является**
- а. надкостница
  - б. остеон
  - в. ретикулярная ткань
  - г. метафиз
- 29. Первые точки окостенения появляются в области**
- а. проксимального эпифиза
  - б. дистального эпифиза
  - в. диафиза
  - г. гиалинового хряща
- 30. Рост скелета и тела человека в целом обеспечивают соединения**
- а. синдесмозы
  - б. суставы
  - в. синостозы
  - г. синхондрозы
- 31. К осевому скелету относятся**
- а. кости верхних и нижних конечностей
  - б. ключица, грудина, крестец
  - в. тазовый пояс, голень, суставы стопы
  - г. позвоночный столб, грудная клетка
- 32. Позвоночный столб состоит из ... позвонков**
- а. 14-16
  - б. 32-34
  - в. 38-40
  - г. 42-44
- 33. Первый шейный позвонок называется**
- а. осевой
  - б. базилярный
  - в. остистый
  - г. атлант
- 34. Позвонок, не имеющий тела и остистого отростка, это**
- а. I-й шейный
  - б. III-й шейный
  - в. XI-й грудной
  - г. V-й поясничный
- 35. Позвонок, имеющий зуб называется**
- а. остистый
  - б. базилярный
  - в. осевой
  - г. атлант
- 36. Изгибы позвоночного столба, обращенные выпуклостью назад, называются**
- а. лордозами
  - б. сколиозами
  - в. горбом

- г. кифозами
- 37. Самые длинные остистые отростки у позвонков ... отдела**
- а. шейного
  - б. грудного
  - в. поясничного
  - г. крестцового
- 38. В сагиттальной плоскости расположены остистые отростки позвонков ... отдела**
- а. шейного
  - б. грудного
  - в. поясничного
  - г. крестцового
- 39. Кость, состоящая из рукоятки, тела и мечевидного отростка**
- а. грудина
  - б. крестец
  - в. копчик
  - г. ключица
- 40. Длинная губчатая кость**
- а. лучевая
  - б. тазовая
  - в. ребро
  - г. позвонок
- 41. Пояс верхней конечности активно двигается в ... суставе**
- а. плечевом
  - б. грудино-ключичном
  - в. акромиально-ключичном
  - г. атланта-затылочном
- 42. Переломы в области хирургической шейки чаще всего наблюдаются в ... кости**
- а. локтевой
  - б. пястной
  - в. плечевой
  - г. бедренной
- 43. Клювовидный отросток есть у кости**
- а. затылочной
  - б. лопатки
  - в. лучевой
  - г. височной
- 44. Ладьевидная, полулунная, трехгранная, гороховидная, кость-трапеция, трапециевидная, головчатая и крючковидная кости образуют**
- а. предплюсну
  - б. пясть
  - в. плюсну
  - г. запястье
- 45. Форма запястно-пястного суставов первого пальца кисти и стопы**

- а. шаровидная
  - б. блоковидная
  - в. цилиндрическая
  - г. седловидная
- 46. Движение предплечья внутрь называется**
- а. ротация
  - б. супинация
  - в. оппозиция
  - г. пронация
- 47. Вертлужная впадина образована телами костей**
- а. надколенником, бедренной, большеберцовой
  - б. клиновидной, слезной, решетчатой
  - в. лопаткой, ключицей, грудиной
  - г. седалищной, лобковой, подвздошной
- 48. Медиальный мениск повреждается у... кости**
- а. бедренной
  - б. большеберцовой
  - в. локтевой
  - г. Малоберцовой
- 49. Кости мозгового отдела черепа**
- а. подъязычная, нижняя челюсть, затылочная, теменные
  - б. верхнечелюстные, сошник, височные, нижние носовые раковины, лобная
  - в. лобная, затылочная, решетчатая, клиновидная, теменные, височные
  - г. скуловые, носовые, слезные, решетчатая, клиновидная
- 50. Кости лицевого отдела черепа**
- а. верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, нижние носовые раковины, сошник, подъязычная, нижняя челюсть
  - б. лобная, решетчатая, клиновидная, височные, подъязычная, сошник, нижняя челюсть
  - в. затылочная, небные, скуловые, носовые, слезные, клиновидная, нижние носовые раковины, сошник
  - г. теменные, верхнечелюстные, небные, скуловые, носовые, слезные, сошник
- 51. Гипофиз лежит в турецком седле ... кости**
- а. клиновидной
  - б. решетчатой
  - в. височной
  - г. слезной

Вопросы для компьютерного тестирования по мышечной системе человека

- 1. По направлению мышечных волокон различают мышцы**
- а. веретенообразные, косые, широкие
  - б. сердечные, гладкие, поперечно-полосатые
  - в. двубрюшные, двуглавые, сфинктеры

- г. двуперистые, одноперистые, сфинктеры
- 2. Основные части мышцы**
- а. брюшко, сухожилия
  - б. фасции, влагалища сухожилий
  - в. синовиальные сумки, блоки мышц
  - г. волокна, апоневрозы
- 3. Соединительно-ткаными чехлами мышц, названными Н.И. Пироговым «мягким скелетом тела», являются**
- а. мембраны
  - б. апоневрозы
  - в. фасции
  - г. синовии
- 4. Мышечная ткань, сокращающаяся под действием воли человека**
- а. скелетная поперечно-полосатая
  - б. гладкая
  - в. сердечная поперечно-полосатая
  - г. висцеральная
- 5. Мимические мышцы прикрепляются к**
- а. лобной кости и костям лицевого черепа
  - б. височной кости и костям лицевого черепа
  - в. коже и костям лицевого черепа
  - г. коже
- 6. Скелетные мышцы построены из**
- а. гладкой мышечной ткани
  - б. соединительной ткани
  - в. поперечно-полосатой мышечной ткани
  - г. эпителиальной ткани
- 7. Структурно-функциональная единица гладкой мышечной ткани**
- а. веретенообразная клетка
  - б. многоядерное волокно
  - в. кардиомиоцит
  - г. фиброцит
- 8. Мышцы, работающие в суставе в одном направлении, являются**
- а. антогонистами
  - б. двуглавыми
  - в. синергистами
  - г. гладкими
- 9. Мышца, лежащая под широчайшей мышцей спины**
- а. большая ромбовидная
  - б. мышца, поднимающая лопатку
  - в. трапецевидная
  - г. нижняя задняя зубчатая



**10. Щель в нижнем отделе передней брюшной стенки, через которую проходит у мужчин семенной канатик, у женщин – круглая связка матки, образует**

- а. паховый канал
- б. паховое кольцо
- в. пупочное кольцо
- г. лобковый симфиз

**11. Мышца, начинающаяся на отростке лопатки и лежащая на передней поверхности плеча, называется**

- а. дельтовидная
- б. подлопаточная
- в. клювовидно-плечевая
- г. двуглавая мышца плеча

**12. Квадратный пронатор начинается от**

- а. медиального края локтевой кости
- б. поперечных отростков шейных позвонков
- в. медиального края лопатки
- г. большого вертела бедренной кости

**13. В отведении плеча участвуют**

- а. дельтовидная, надостная
- б. подлопаточная, подостная
- в. клювовидно-плечевая, широчайшая
- г. двуглавая мышца плеча, дельтовидная

**14. В сгибании бедра участвуют**

- а. медиальная, промежуточная и латеральная широкие мышцы бедра, прямая мышца бедра
- б. близнецовые, грушевидная, квадратная мышца бедра, полуперепончатая
- в. двуглавая мышца бедра, полуперепончатая, полусухожильная, большая приводящая
- г. напрягатель широкой фасции бедра, прямая мышца бедра, подвздошно-поясничная, гребенчатая, портняжная

**15. Мышца, разгибающая бедро и отводящая его, а также фиксирующая таз и туловище при напряженном стоянии, называется**

- а. малая ягодичная
- б. средняя ягодичная
- в. большая ягодичная
- г. напрягатель широкой фасции бедра

**16. В супинации голени участвуют**

- а. портняжная, тонкая
- б. медиальная головка икроножной, полусухожильная
- в. латеральная головка икроножной, двуглавая мышца бедра
- г. напрягатель широкой фасции бедра, портняжная

**17. Мышца, участвующая в приведении и супинации стопы**

- а. короткая малоберцовая

- б. передняя большеберцовая
  - в. длинная малоберцовая
  - г. третья малоберцовая
- 18. Мышцы, участвующие в отведении и пронации стопы**
- а. короткая и длинная малоберцовые
  - б. передняя и задняя большеберцовые
  - в. мышцы подошвенной поверхности стопы
  - г. мышцы тыльной поверхности стопы
- 19. Сократительный элемент мышечной ткани**
- а. саркоlemma
  - б. эндомизий
  - в. ядра
  - г. миофибриллы
- 20. Белки миофибрилл - это**
- а. фибриноген, фибрин
  - б. альбумин, глобулин
  - в. актин, миозин
  - г. гемоглобин, оксигемоглобин

### Компьютерное тестирование по внутренним органам

- 1. Учение о внутренних органах называется**
  - а. неврология
  - б. спланхнология
  - в. ангиология
  - г. пульмонология
- 2. В состав микрофлоры пищеварительного тракта входят**
  - а. ферменты кишечного сока
  - б. кишечная палочка
  - в. соляная кислота
  - г. энтерокиназа
- 3. Стенка полых внутренних органов состоит из оболочек**
  - а. рыхлой, волокнистой, серозной
  - б. гладкой, продольной, круговой
  - в. слизистой, мышечной, соединительнотканной
  - г. наружной, париетальной, висцеральной
- 4. Сосочки языка, обладающие общей чувствительностью (тактильной, болевой, температурной)**
  - а. нитевидные
  - б. грибовидные
  - в. желобовидные
  - г. листовидные
- 5. Лимфоидное кольцо Пирогова-Вальдейера находится перед входом в**
  - а. желудок
  - б. селезенку
  - в. печень

- г. глотку
- 6. Функция миндалин**
- а. трофическая
  - б. защитная
  - в. респираторная
  - г. инкреторная
- 7. Дыхательные и пищеварительные пути перекрещиваются в**
- а. ротовой полости
  - б. глотке
  - в. зеве
  - г. хоанах
- 8. Сосочки языка, в которых расположены рецепторы вкусового анализатора (горькое, сладкое, кислое, соленое)**
- а. нитевидными, грибовидными, желобовидными
  - б. конусовидными, листовидными, грибовидными
  - в. грибовидными, желобовидными, листовидными
  - г. листовидными, нитевидными, конусовидными
- 9. Самая крупная из слюнных желез, расположенная спереди от наружного уха и ее секрет**
- а. подъязычная железа, вырабатывает белково-слизистый секрет
  - б. поднижнечелюстная железа, вырабатывает белково-слизистый секрет
  - в. одноклеточные железы слизистой оболочки рта, выделяют муцин
  - г. околоушная железа, выделяет серозный секрет
- 10. К внутренним органам относятся органы**
- а. эндокринной, пищеварительной, нервной систем
  - б. сердечно-сосудистой, лимфатической, кровеносной систем
  - в. легкие, сердце, почки, печень, желудок, сосуды
  - г. пищеварительной, дыхательной, мочеполовой систем
- 11. Утолщенный циркулярный слой мышц в пищеварительном тракте образует**
- а. заслонку
  - б. фасцию
  - в. брыжейку
  - г. сфинктер
- 12. Орган, расположенный справа под диафрагмой**
- а. селезенка
  - б. желудок
  - в. печень
  - г. пищевод
- 13. Секрет пищеварительного тракта, предохраняющий от механических и химических воздействий**
- а. ренин
  - б. пепсин
  - в. липаза
  - г. муцин

- 14. Отделы тонкого кишечника**  
а. тощая, сигмовидная, ободочная  
б. двенадцатиперстная, тощая, подвздошная  
в. сигмовидная, слепая, прямая  
г. слепая, ободочная, сигмовидная
- 15. Кишка, окружающая головку поджелудочной железы**  
а. тощая  
б. слепая  
в. двенадцатиперстная  
г. ободочная
- 16. Протоки печени и поджелудочной железы, открываются в подслизистую оболочку ... кишки**  
а. слепой  
б. сигмовидной  
в. двенадцатиперстной  
г. ободочной
- 17. Фермент кишечного сока, расщепляющий жиры**  
а. трипсиноген  
б. амилаза  
в. пепсиноген  
г. липаза
- 18. Отделы толстого кишечника**  
а. слепая, ободочная, прямая  
б. двенадцатиперстная, подвздошная, червеобразный отросток  
в. подвздошная, тощая, восходящая ободочная  
г. ободочная, сигмовидная, прямая
- 19. Образование брюшины, переходящее с органа на орган**  
а. связка  
б. брыжейка  
в. сальник  
г. сальниковая лента
- 20. Удвоение висцерального листка брюшины, фиксирующее орган на задней стенке брюшной полости**  
а. брыжейка  
б. свободная лента  
в. связки  
г. гаустры
- 21. Клапан между тонким и толстым кишечником**  
а. кардиальный  
б. илеоцекальный  
в. пилорический  
г. сигмовидный
- 22. Наружная оболочка пищевода**  
а. фасция  
б. брюшина

- в. серозная
- г. адвентиция
- 23. К кривизнам желудка прикрепляются**
  - а. брыжейки
  - б. сальники
  - в. перикард
  - г. свободные ленты
- 24. По всей длине толстого кишечника расположены ленты**
  - а. ободочная, сигмовидная, мышечная
  - б. восходящая, поперечная, нисходящая
  - в. свободная, брыжеечная, сальниковая
  - г. продольная, гладкая, мышечная
- 25. Ленты толстого кишечника образованы ... слоем**
  - а. соединительнотканым
  - б. серозным
  - в. продольным мышечным
  - г. циркулярным мышечным
- 26. Воздухоносные пути выстланы ... эпителием**
  - а. цилиндрическим
  - б. мерцательным
  - в. кубическим
  - г. плоским
- 27. Хрящи передней поверхности гортани**
  - а. черпаловидный, щитовидный
  - б. рожковидный, перстневидный
  - в. щитовидный, перстневидный
  - г. зерновидный, клиновидный
- 28. Хрящ, пластины которого образует кадык в период полового созревания, называется**
  - а. перстневидный
  - б. надгортанник
  - в. рожковидный
  - г. щитовидный
- 29. Углубление между голосовыми складками образует**
  - а. морганьевы желудочки
  - б. голосовую щель
  - в. ложные голосовые складки
  - г. межхрящевой треугольник
- 30. Ворота легкого располагаются на поверхности**
  - а. медиальной
  - б. диафрагмальной
  - в. реберной
  - г. латеральной
- 31. Структурно-функциональная единица легкого**
  - а. альвеола

- б. сегмент
  - в. долька
  - г. ацинус
- 32. В ворота легкого входят**
- а. воротная вена с артериальной кровью
  - б. легочная артерия с венозной кровью
  - в. легочная вена с артериальной кровью
  - г. легочная артерия с артериальной кровью
- 33. Дыхательный объем легких включает**
- а. количество вдыхаемого и выдыхаемого в покое воздуха
  - б. количеств остающегося в легких воздуха после максимального выдоха
  - в. наибольшее количество воздуха, выдыхаемого после максимального вдоха
  - г. количество воздуха, содержащееся в легких при максимальном вдохе
- 34. Стенка альвеолы образована**
- а. мерцательным эпителием
  - б. однослойным плоским эпителием
  - в. эндотелием
  - г. мезотелием
- 35. Серое вещество продолговатого мозга, регулирующее функции дыхательной системы**
- а. двигательным центром
  - б. мотонейроном
  - в. синапсом
  - г. дыхательным центром
- 36. Корень легкого образуют**
- а. аорта и воротная вена
  - б. трахея и альвеолы
  - в. главный бронх, сосуды и нервы
  - г. верхняя полая вена и легочные вены
- 37. Легочный газообмен происходит между**
- а. альвеолами и капиллярами
  - б. альвеолами и венами
  - в. бронхиолами и артериями
  - г. лимфой и кровью
- 38. Система, выделяющая продукты обмена веществ из организма**
- а. эндокринная
  - б. мочевая
  - в. пищеварительная
  - г. дыхательная
- 39. Оболочки почки**
- а. серозная, слизистая, мышечная
  - б. почечная фасция, жировая и фиброзная капсулы
  - в. гладкомышечная, соединительнотканная, эпителиальная
  - г. ретикулярная, адвентициальная, паренхима

- 40. Наружный слой почки**  
а. корковый  
б. мозговой  
в. паренхиматозный  
г. жировой
- 41. Моча в почке образуется из**  
а. форменных элементов крови  
б. венозной крови  
в. плазмы крови  
г. воды
- 42. Первичная моча образуется в**  
а. извитых канальцах первого порядка  
б. почечном тельце  
в. петле Генле  
г. почечных чашечках
- 43. Структурно-функциональная единица почки**  
а. собирательные почечные трубочки  
б. почечные чашечки  
в. петля Генле  
г. нефрон
- 44. Барьерная функция печени - это**  
а. фагоцитоз  
б. защитный синтез  
в. гемопоэз  
г. фильтрация ядовитых веществ
- 45. В печень входит**  
а. печеночная артерия и воротная вена  
б. нижняя полая вена  
в. чревный ствол  
г. верхняя полая вена
- 46. Желчь образуется в**  
а. желчном пузыре  
б. двенадцатиперстной кишке  
в. гепатоцитах  
г. поджелудочной железе
- 47. Из ворот печени выходит**  
а. пузырной проток  
б. желчный проток  
в. печеночная вена  
г. общий печеночный проток
- 48. Поджелудочная железа вырабатывает**  
а. муцин и ферменты  
б. пепсиноген и глюкагон  
в. ферменты и гормоны  
г. инсулин и энтерокиназу

- 49. Функции поджелудочной железы**
- а. защитная и кроветворная
  - б. экзокринная и ферментативная
  - в. эндокринная и экзокринная
  - г. фагоцитоз и эритропоэз
- 50. Ворота печени находятся в борозде**
- а. правой продольной
  - б. поперечной
  - в. левой продольной
  - г. серповидной
- 51. Кровеносная система печеночной долики называется сетью**
- а. чудесной артериальной
  - б. желчных протоков
  - в. чудесной венозной
  - г. воротной сетью

### Компьютерное тестирование по сердечно-сосудистой системе

- 1. Наука, изучающая сосудистую систему**
- а. кардиология
  - б. артрология
  - в. ангиология
  - г. валеология
- 2. В сердце входят**
- а. верхняя полая вена и легочный ствол
  - б. четыре легочные вены и аорта
  - в. легочный ствол и нижняя полая вена
  - г. четыре легочные вены и полые вены
- 3. В состав всех слоев стенки артерии входят**
- а. коллагеновые волокна
  - б. эластические волокна
  - в. поперечнополосатая ткань
  - г. фиброзные кольца
- 4. Малый круг кровообращения начинается в**
- а. правом желудочке артерией с венозной кровью
  - б. правом желудочке веной с венозной кровью
  - в. левом желудочке аортой
  - г. левом желудочке нижней полой веной
- 5. Двустворчатый (митральный) клапан расположен между**
- а. левым желудочком и правым желудочком
  - б. правым предсердием и правым желудочком.
  - в. левым предсердием и правым предсердием
  - г. левым предсердием и левым желудочком
- 6. Внутренний слой сердца**
- а. миокард
  - б. эндокард



- в. эпикард
  - г. перикард
- 7. Между мышечными слоями предсердий и желудочков расположены**
- а. сухожильные хорды
  - б. перегородки
  - в. фиброзные кольца
  - г. клапаны
- 8. Перикард - это**
- а. клапан сердца
  - б. околосердечная сумка
  - в. проводящая система сердца
  - г. средний слой сердца
- 9. Обратному току крови по венам препятствуют**
- а. проводящая система
  - б. фиброзные кольца
  - в. вставочные диски
  - г. клапаны
- 10. Вены несут венозную кровь в**
- а. левое предсердие
  - б. левый желудочек
  - в. правый желудочек
  - г. правое предсердие
- 11. Легочные вены несут артериальную кровь в**
- а. правое предсердие
  - б. левое предсердие
  - в. левый желудочек
  - г. правый желудочек
- 12. Из правого желудочка выходит**
- а. аорта
  - б. легочный ствол
  - в. нижняя полая вена
  - г. правая легочная вена
- 13. Одна из функций малого круга кровообращения**
- а. поддержание постоянной температуры тела
  - б. тканевой газообмен
  - в. легочный газообмен
  - г. выведение продуктов обмена веществ
- 14. От дуги аорты отходят**
- а. десять пар межреберных артерий
  - б. венечные артерии
  - в. плечеголовной ствол, левая общая сонная и левая подлючичная артерии
  - г. позвоночная и внутренняя грудная артерии
- 15. Самая крупная артерия**
- а. легочный ствол

- б. общая сонная артерия
  - в. аорта
  - г. плечевоголовной ствол
- 16. Крупные артерии, кровоснабжающие головной мозг**
- а. щито-шейный ствол и внутренняя сонная
  - б. поперечная артерия шеи и венечная
  - в. наружная сонная и менингеальная
  - г. внутренняя сонная и позвоночная
- 17. Непарные органы брюшной полости кровоснабжаются артериями**
- а. диафрагмальной, срединной крестцовой, печеночной
  - б. щито-шейным стволом, базилярной, надчревной
  - в. надпочечной, яичковой, маточной
  - г. чревным стволом, верхней брыжеечной и нижней брыжеечной
- 18. Кровеносные сосуды, имеющие в стенке больше эластических волокон**
- а. магистральные
  - б. легочные вены
  - в. внутриорганные
  - г. присердечные
- 19. Самая крупная вена**
- а. верхняя полая
  - б. непарная
  - в. воротная
  - г. нижняя полая
- 20. Вена, собирающая кровь от непарных органов брюшной полости**
- а. яремная
  - б. воротная
  - в. парная
  - г. полунепарная
- 21. Кровь от головного мозга собирается в ... вену**
- а. наружную яремную
  - б. плечевоголовную
  - в. воротную
  - г. внутреннюю яремную
- 22. Воротная вена собирает кровь от всех непарных органов брюшной полости, за исключением**
- а. селезенки
  - б. печени
  - в. поджелудочной железы
  - г. желудка
- 23. Лимфатический проток, открывающийся в левый венозный угол**
- а. правый
  - б. левый
  - в. магистральный
  - г. грудной
- 24. При слиянии лимфатических капилляров образуются**

- а. лимфатические протоки
- б. лимфатические узлы
- в. лимфатические сосуды
- г. лимфатические стволы

**25. Биологические фильтры иммунной системы**

- а. лимфатические узлы
- б. лимфатические протоки
- в. лимфатические сосуды
- г. лимфатические капилляры

**26. Орган иммуногенеза**

- а. печень
- б. селезенка
- в. поджелудочная железа
- г. надпочечник

**27. Месторасположение тимуса**

- а. костномозговые полости
- б. в левом подреберье
- в. позади рукоятки грудины
- г. в турецком седле

**28. Стволовые клетки красного костного мозга участвуют в**

- а. гемопоэзе
- б. фагоцитозе
- в. гомеостазе
- г. тромбоцитозе

**29. Селезенка расположена**

- а. в правом подреберье
- б. над диафрагмой
- в. за сердцем
- г. в левом подреберье

**Компьютерное тестирование по анатомии органов и систем регулирования и управления двигательной деятельностью человека**

**1. Железы смешанной секреции**

- а. щитовидная, гипофиз
- б. гипоталамус, эпифиз
- в. поджелудочная, половые
- г. парашитовидные, надпочечники

**2. Эндокринная железа, управляющей работой всех желез внутренней секреции**

- а. щитовидная
- б. гипофиз
- в. вилочковая
- г. Поджелудочная

**3. Гормоны гипофиза, регулирующие работу эндокринных желез**

- а. андрогены

- б. альдостерон
  - в. соматомедины
  - г. тропные
- 4. Железа, синтезирующая органические вещества, содержащие йод**
- а. вилочковая
  - б. гипофиз
  - в. щитовидная
  - г. эпифиз
- 5. Мужские половые гормоны -**
- а. эстрогены
  - б. адреналин
  - в. андрогены
  - г. липокаин
- 6. Гормоны, регулирующие пигментный обмен**
- а. мелатонин
  - б. соматотропин
  - в. тимозин
  - г. катехоламин
- 7. Сахарный диабет наблюдается при недостаточной функции ... железы**
- а. поджелудочной
  - б. паращитовидной
  - в. вилочковой
  - г. щитовидной
- 8. Гиперфункция паращитовидных желез приводит к**
- а. гигантизму
  - б. гипогликемическому шоку
  - в. появлению эндокринного зоба
  - г. отложению кальция в сосудах и почках
- 9. Щитовидная железа расположена**
- а. на передней поверхности шеи спереди гортани
  - б. забрюшинно в толще околопочечного жирового тела
  - в. в верхней части переднего средостения
  - г. в гипофизарной ямке турецкого седла
- 10. Эпифиз расположен**
- а. у ворот печени
  - б. в гипофизарной ямке турецкого седла
  - в. между верхними холмиками четверохолмия
  - г. позади грудины
- 11. Гормон поджелудочной железы, регулирующий содержание сахара в крови**
- а. адреналин
  - б. тироксин
  - в. тропный
  - г. инсулин
- 12. Нервная ткань состоит из**

- а. нейроцитов и нейронов
- б. нервных волокон и параганглиев
- в. нервных клеток и клеток нейроглии
- г. актина и тропонина

**13. Нейрон состоит из**

- а. нейроглии и волокон
- б. аксонов и дендрита
- в. дендритов, тела, аксона
- г. нейрофиламентов и нейрофибрилл

**14. Отростки, собирающие информацию и несущие ее к телу клетки**

- а. аксоны
- б. дендриты
- в. нейриты
- г. нейроглия

**15. Классификация нервных клеток по функции**

- а. афферентные, эфферентные, вставочные
- б. чувствительные, сенсорные, рецепторные
- в. эфферентные, вегетативные, исполнительные
- г. ассоциативные, комиссуральные, контактные

**16. Чувствительная информация от рецепторов трансформируется в нервный импульс в ...**

- а. передних рогах спинного мозга
- б. спинно-мозговом узле
- в. боковых рогах спинного мозга
- г. задних рогах спинного мозга

**17. Нервные пути, передающие нервные импульсы от ЦНС к рабочим органам (мышцам, железам)**

- а. сенсорными
- б. рецепторными
- в. эфферентными
- г. афферентными

**18. Цепь нейронов, являющаяся материальной основой рефлекса**

- а. белое вещество
- б. серое вещество спинного мозга
- в. спинно-мозговой узел
- г. рефлекторная дуга

**19. Экстрапирамидная система начинается от ... ядра**

- а. зубчатого
- б. красного
- в. шатрового
- г. хвостатого

**20. Борозда конечного мозга, в которой расположен зрительный анализатор**

- а. теменно-затылочная
- б. парагиппокампальная

- в. шпорная
  - г. поясная
- 21. Двигательный анализатор локализован в извилине**
- а. верхней лобной
  - б. прецентральной
  - в. верхней теменной
  - г. средней височной
- 22. Локализация коркового центра общей чувствительности**
- а. постцентральная извилина
  - б. средняя лобная извилина
  - в. теменная доля
  - г. шпорная борозда
- 23. Место локализации миндалевидного тела -**
- а. гипоталамус
  - б. продолговатый мозг
  - в. мозжечок
  - г. базальные ядра
- 24. Ассоциативные нервные волокна соединяют**
- а. правое и левое полушария конечного мозга
  - б. полушария конечного мозга с мозжечком
  - в. участки одной доли мозга
  - г. таламус и кору полушарий
- 25. Крупным подкорковым чувствительным центром промежуточного мозга является**
- а. гипоталамус
  - б. эпителиальный таламус
  - в. таламус
  - г. метаталамус
- 26. В области переднего крючка парагиппокампальной извилины височной доли мозга расположен анализатор**
- а. чувствительный
  - б. двигательный
  - в. зрительный
  - г. обонятельный
- 27. В затылочной доле полушария, по краям шпорной борозды помещается анализатор**
- а. зрительный
  - б. вкусовой
  - в. двигательный
  - г. чувствительный
- 28. Двигательный анализатор сложно-координированных движений находится в**
- а. нижней теменной доле
  - б. верхней теменной доле
  - в. нижней лобной извилине

- г. верхней височной извилине
- 29. Функции чувствительных нейронов заключаются в передаче**
- а. нервных импульсов мышцам
  - б. с нейрона на нейрон в головном мозге
  - в. информации от органов в мозг
  - г. информации из мозга к органам
- 30. Тело вставочного нейрона расположено в ... спинного мозга**
- а. передних рогах
  - б. боковых рогах
  - в. центре серого вещества
  - г. задних рогах
- 31. Функция двигательного нейрона заключается в передаче**
- а. информации от внутренних органов в мозг
  - б. с нейрона на нейрон в головном мозге
  - в. нервных импульсов к симпатическому стволу
  - г. нервных импульсов к железам и мышцам
- 32. Вспомогательным аппаратом глаза являются**
- а. желтое пятно, сетчатка, радужка
  - б. роговица, ресничное тело, склера
  - в. конъюнктивa, мышцы, слезный аппарат, веки
  - г. радужка, склера, зрительный нерв, пигментный эпителий
- 33. Способность различать цвета и их оттенки обеспечивают**
- а. колбочки
  - б. ниточки
  - в. палочки
  - г. волоски
- 34. Световые раздражения воспринимают**
- а. колбочки
  - б. ниточки
  - в. палочки
  - г. волоски
- 35. Приспособление глаза к наилучшему видению на близком и далеком расстоянии**
- а. дальность зрения
  - б. близорукость
  - в. миопия
  - г. аккомодация
- 36. Барабанная перепонка служит границей между**
- а. средним ухом и внутренним
  - б. внутренним и носоглоткой
  - в. спиральным каналом и перепончатым лабиринтом
  - г. средним и носоглоткой
- 37. Слуховые ощущения возникают в**
- а. нижней лобной извилине
  - б. центральной борозде

- в. затылочной борозде
- г. верхней височной извилине

**38. Орган обоняния находится в слизистой оболочке**

- а. парагиппокампальной извилины
- б. верхней носовой раковины
- в. обонятельной луковички
- г. спирального органа

**39. Химические раздражения от вкусовых почек сосочков языка проводятся в виде импульсов по волокнам нервов**

- а. лицевого и языкоглоточного
- б. тройничного и подбородочно-подъязычного
- в. вкусового и носоресничного
- г. блокового и нижнечелюстного

**40. Появление загара объясняется скоплением в клетках глубокого слоя эпидермиса пигмента**

- а. меланина
- б. тироксина
- в. паратирина
- г. фолликулина

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

а) Основная литература:

1. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии): Учебник для студентов физической культуры/ Под ред. Б.А.Никитюка, А.А. Гладышевой, Ф.В. Судзиловского. – М: Олимпия, 2018.

2. Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека [Электронный ресурс] : учебник для высш. учеб. заведений физ. культуры / ред.: Б.А. Никитюк, ред.: А.А. Гладышева, ред.: Ф.В. Судзиловский, М.Ф. Иваницкий .– 14-е изд. – М. : Спорт, 2018 .– 624 с. : ил. – ISBN 978-5-9500179-2-6 .– Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641133/info> .

3. Самусев Р.П., Липченко В.Я. Анатомия человека. Учебник для высших учеб.завед. – М: Медицина, 2011.

4. Самусев Р.П., Липченко В.Я., Атлас анатомии человека. – М.: «Медицина», 2011.

5. Динамическая анатомия [Электронный ресурс]: Методические рекомендации / Савостьянова Е.Б., Силаева Л.В., Савченко Е.Л., Титова Е.П. –



М.: РГУФКСМиТ, 2014.– 19 с. – Режим доступа:  
<https://lib.rucont.ru/efd/301924/info>

б) Дополнительная литература:

1. Анатомия и физиология человека (с возрастными особенностями детского организма): учебник. М.Р. Сапин, В.И. Сивоглаз. – 5-е изд. – М.: Изд. центр «Академия», 2005.
2. Антропология: Курс лекций. В.Е. Дерябин. – М.: Изд-во Московского университета, 2009.
3. Антропология: учебник. Е.Н. Хрисанфова, И.В. Перевозчиков. – 4-е изд. – М.: Изд-во Моск. ун-та: Наука, 2008.
4. Морфология человека/ Под ред. Б.А. Никитюка, В.П. Чтецова. – М.: изд-во МГУ, 1990.
5. Сапин М.Р., Билич Г.Л. Анатомия человека: В 2-х кн. Учебник. Изд. «Оникс, Альянс-В», 2000.
6. Самусев Р.П., Липченко В.Я., Русско-латинский атлас анатомии человека. – М.: «Медицина», 2008.
7. Савостьянова, Е.Б. Тесты по анатомии человека [Электронный ресурс]: Учебное пособие для студентов РГУФКСМиТ / Е.Б. Савостьянова, Е.Л. Савченко, Л.В. Силаева. – М. : РГУФКСМиТ, 2009 .– 45 с. – Режим доступа:  
<https://lib.rucont.ru/efd/202896/info>

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

1. <http://www.sportedu.ru/>
2. <http://www.vesti-nauka.ru> – сайт новостей в науке;
3. <http://www.lenta.ru/science> – сайт новостей в науке;
4. <http://www.dic.academic.ru>;
5. <http://www.nedug.ru/library>.
6. <http://window.edu.ru>
7. <http://humbio.ru>
8. <http://meduniver.com/Medical/Anatom/421/html>;
9. <http://www.anatomy.tj/> – Анатомический атлас;
10. <http://www.anatomus.ru/> – Анатомия человека;

11. <http://www.anatomiya-atlas.ru/> – Атлас анатомии человека, анатомия в картинках;

12. <http://nmu-student.narod.ru/anatomysapin/> – Электронный учебник Сапина М.Р.;

13. <http://www.anatomiya-portal.info/> – Анатомический портал;

14. <http://slovar-anatomy.ru/> – Словарь анатомии человека;

15. <http://www/e-anatomy.ru/> – Анатомия. Виртуальный атлас. Строение Человека;

16. <http://www.allanatomy.ru/> – Анатомия человека

17. <http://www.alleng.ru/edu/biol.htm> – Образовательный ресурс

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

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

- Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
- Microsoft Office. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
- Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
- Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

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

***Отечественные базы данных:***

1. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопонт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
4. Информационно-правовое обеспечение – Гарант [www.garant.ru](http://www.garant.ru)

5. *Primal Pictures* на *Ovid* полный список продуктов трехмерных анатомических моделей человека (на CD) (электронная база, доступная для просмотра в библиотеке комн.120)

***Зарубежные базы данных:***

«Health Research Premium Collection» компании ProQuest [www.proquest.com](http://www.proquest.com)

**7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

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

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

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

4. Секционные залы (учебные аудитории) для проведения практических занятий с комплектом аудиторной мебели, ученической доской, набором таблиц, муляжей, барельефов.

5. Анатомический музей, включающий натуральные экспонаты по всем системам и органам человека, муляжи, модели, скелеты для проведения занятий, самостоятельной работы студентов и экскурсий. Учебный класс с интерактивной доской, телевизором и персональным компьютером с выходом в сеть Internet.

6. Гистологическая лаборатория с микроскопами и гистологическими препаратами.

7. Компьютерный класс с персональными компьютерами с программным обеспечением, с возможностью подключения к сети Internet и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

8. Антропологическая лаборатория, включающая анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас»; анализатор оценки баланса водных секторов организма с программным обеспечением «АВС-01” Медас-Спорт»; комплекты инструментов для антропометрических измерений; плантограф, динамометры, медицинские весы.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) Б1.О.07 Анатомия человека для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» по профилям Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес очная форма обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Анатомии и биологической антропологии.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1,2 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации на очной форме: 1 и 2 семестр *экзамены.*

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

#### I семестр

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|--|----------------------------|
| 1 | <i>Скелет верхней и нижней конечностей</i>               | <i>4-5 недели</i>                                    | <i>10</i>                  |
| 2 | <i>Скелет туловища и головы</i>                          | <i>7-8 недели</i>                                    | <i>10</i>                  |
| 3 | <i>Мышцы туловища и головы</i>                           | <i>10-11 недели</i>                                  | <i>10</i>                  |
| 4 | <i>Мышцы верхней и нижней конечностей</i>                | <i>13-14 недели</i>                                  | <i>10</i>                  |
| 5 | <i>Динамическая анатомия (контрольная работа)</i>        | <i>15 недели</i>                                     | <i>20</i>                  |
| 6 | <i>Посещение занятий</i>                                 | <i>В течение семестра</i>                            | <i>10</i>                  |
|   | <b>Экзамен</b>   |  | <b>30</b>                  |
|   | <b>ИТОГО</b>   |  | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия в первом семестре*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во |
|---|-------------------------------------|---------------------|
|---|-------------------------------------|---------------------|

|   |  | <b>баллов</b> |
|---|--|---------------|
| 1 | <i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Опорно-двигательный аппарат человека»: «Этапы остеогенеза»</i>   | 5             |
| 2 | <i>Выступление на семинаре «Анатомия на живом». Студент рассказывает об основных движениях в своем виде спорта, показывает на натурщике места прикрепления и расположения мышц, совершающих различные движения, работу этих мышц и оси, вокруг которых совершаются эти движения.</i> | 10            |
| 3 | <i>Подготовка доклада «Строение и функции брюшного пресса и диафрагмы»</i>   | 5             |
| 4 | <i>Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название) по разделу «Опорно-двигательный аппарат человека»</i>   | 5             |
| 5 | <i>Написание реферата по теме «Влияние активных двигательных режимов на изменения в скелете спортсменов»</i>   | 15            |
| 6 | <i>Презентация по теме «Строение и функция разных видов мышечной ткани. Гиперплазия и гипертрофия»</i>   | 10            |

## II семестр

| <b>№</b> | <b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b> | <b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)<sup>1</sup></b> | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|---|---|-----------------------------------|
| 1        | <i>Внутренние органы</i>  | 31  | 15                                |
| 2        | <i>Сосудистая система</i>                                       | 35  | 15                                |
| 3        | <i>Центральная нервная система</i>                              | 39  | 15                                |
| 4        | <i>Периферическая нервная система</i>                           | 41-42   | 15                                |
| 5        | <i>Посещение занятий</i>  | <i>В течение семестра</i>   | 10                                |
|          | <b>Экзамен</b>  |   | <b>30</b>                         |
|          | <b>ИТОГО</b>  |   | <b>100 баллов</b>                 |

**\*При сдаче микрозачетов и контрольной работы студент отвечает на вопросы лекционного курса по данной теме.**

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия во втором семестре*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>   | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|--|-----------------------------------|
| 1        | <i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Сердечно-сосудистая система»: «Строение аорты и области ее кровоснабжения»</i>           | 5                                 |
| 3        | <i>Выступление на семинаре «Железы пищеварительной системы». Студент рассказывает о строении, местоположении и функциях печени</i> | 10                                |
| 4        | <i>Подготовка доклада «Нервно-гуморальная регуляция работы сердца»</i>   | 5                                 |
| 5        | <i>Дополнительное тестирование по теме/модулю (указать название) «Отделы головного мозга и их основные функции»</i>                | 5                                 |

|   |  |    |
|---|--|----|
| 6 | <i>Написание реферата по теме «Физиологические механизмы пищеварения»</i>  | 15 |
| 7 | <i>Презентация по теме «Рефлекторный принцип регуляции двигательной деятельности человека. Физиологические механизмы образования условных рефлексов»</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 мероприятия при прохождении практики. Выбор заданий из списка, представленного в информационной справке, определяется преподавателем индивидуально с каждым обучающимся.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>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 спорта и физического воспитания**

**Кафедра анатомии и биологической антропологии**

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

**«Б1.О.07 Анатомия человека»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: **49.03.01 – Физическая культура**  
(код и наименование)

**Профиль:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес  
(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020г.

Москва – 2019г.



Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6** зачетных единиц.

**1. Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):** 1 и 2 семестр.

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

Цель освоения дисциплины – создать у студентов целостное представление о строении и функционировании организма и его адаптации к различным средовым факторам.

Дисциплина реализуется на русском языке.

**3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю):**

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|------------------|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|                  | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1                | 3  | 5  | 6                              | 7                              |
| <b>ОПК-1</b>     | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i>                      |  |                                |                                |
| <b>ОПК-1.1</b>   | <i>Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;</i> | 1  | 1                              | 1                              |
| <b>ОПК-1.6</b>   | <i>Знает анатомо-морфологические особенности, физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;</i>   | 1  | 1                              | 1                              |
| <b>ОПК-1.9</b>   | <i>Знает анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств;</i>  | 1  | 1                              | 1                              |

|              |  |   |   |   |
|--------------|--|---|---|---|
| <b>ОПК-2</b> | <b>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>   | 2 | 2 | 2 |
| ОПК-2.4      | Знает критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.);  | 2 | 2 | 2 |
| ОПК-2.8      | Умеет определять показатели физического развития человека;   | 2 | 2 | 2 |
| ОПК-2.12     | Имеет опыт проведения антропометрических измерений для оценки физического развития;  | 2 | 2 | 2 |
| <b>ОПК-9</b> | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> | 2 | 2 | 2 |
| ОПК-9.1      | Знает методы измерения и оценки физического развития, двигательных качеств занимающихся;   | 2 | 2 | 2 |
| ОПК-9.12     | Умеет интерпретировать результаты антропометрических измерений и показатели физического развития;  | 2 | 2 | 2 |

#### 4. Краткое содержание дисциплины (модуля):

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет **6 зачетных единиц, 216 академических часов.**

#### Очная форма обучения

| №   | Раздел дисциплины                 | Семестр  |          |          | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-----------------------------------|----------|----------|----------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |                                   | 1 поток  | 2 поток  | 3 поток  | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>I семестр</b>  |                                   |          |          |          |   |                           |                        |          |   |
| <b>Часть I. Человек как часть живой природы</b>                         |                                   |          |          |          |   |                           |                        |          |   |
| <b>Раздел 1. Биологические закономерности организации живой природы</b> |                                   | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |   | <b>4</b>                  | <b>3</b>               |          |   |
| 1.1.  | Уровни организации живой материи. | <b>I</b> | <b>I</b> | <b>I</b> |   |                           | <b>1</b>               |          |   |

|   |   |   |   |   |    |    |    |  |  |
|---|---|---|---|---|----|----|----|--|--|
|   | Разнообразие форм живой природы                                     |   |   |   |    |    |    |  |  |
| 1.2.  | Клеточный уровень организации живой материи                         | I | I | I |    | 2  |    |  |  |
| 1.3.  | Тканевый уровень организации живой материи                          | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| <b>Раздел 2. Биология развития</b>  |   | I | I | I |    | 4  | 4  |  |  |
| 2.1.  | Размножение организмов и эмбриональное развитие                     | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 2.2.  | Эмбриогенез человека  | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| <b><i>Часть II. Общетеоретические основы функциональной анатомии</i></b>        |   |   |   |   |    |    |    |  |  |
| <b>Раздел 3. Анатомо-физиологические особенности аппарата движения человека</b> |   | I | I | I | 12 | 22 | 34 |  |  |
| 3.1   | Введение в функциональную анатомию                                  | I | I | I | 2  |    |    |  |  |
| 3.2   | Скелет человека. Его строение и функции                             | I | I | I | 2  |    |    |  |  |
| 3.3.  | Кости черепа  | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 3.4.  | Кости позвоночного столба и грудной клетки                          | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 3.5.  | Кости верхней конечности  | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 3.6.  | Кости нижней конечности   | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 3.7.  | Соединения костей. Классификация соединений. Классификация суставов | I | I | I | 2  |    |    |  |  |
| 3.8.  | Соединения черепа   | I | I | I |    | 2  | 2  |  |  |
| 3.9.  | Соединения позвоночного столба и грудной клетки                     | I | I | I |    | 2  | 4  |  |  |
| 3.10.   | Строение и функции суставов верхней конечности человека             | I | I | I | 2  |    | 4  |  |  |
| 3.11.   | Соединения костей нижней конечности человека                        | I | I | I | 2  |    | 4  |  |  |
| 3.12.   | Анатомические и физиологические особенности мышечной ткани          | I | I | I | 2  |    |    |  |  |
| 3.13.   | Физиология нервно-  | I | I | I |    | 2  |    |  |  |

|   |   |           |           |           |           |           |           |          |                |
|---|---|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|   | мышечного аппарата  |           |           |           |           |           |           |          |                |
| 3.14.   | Мышцы шеи и головы  | I         | I         | I         |           | 2         |           |          |                |
| 3.15.   | Мышцы туловища  | I         | I         | I         |           | 2         | 2         |          |                |
| 3.16.   | Функции мышц верхней конечности   | I         | I         | I         |           | 2         | 4         |          |                |
| 3.17.   | Функции мышц нижней конечности  | I         | I         | I         |           | 2         | 4         |          |                |
| 3.18.   | Морфокинезиологический анализ работы конечностей                                    | I         | I         | I         |           |           | 2         |          |                |
| <b>Раздел 4. Динамическая анатомия</b>  |   | <b>I</b>  | <b>I</b>  | <b>I</b>  | <b>2</b>  | <b>4</b>  | <b>10</b> |          |                |
| 4.1.  | Динамическая анатомия положений и движений тела человека                            | I         | I         | I         | 2         |           | 2         |          |                |
| 4.2.  | Динамическая анатомия циклических и ациклических движений тела                      | I         | I         | I         |           | 2         |           |          |                |
| 4.3.  | Динамическая анатомия вращательных движений тела                                    | I         | I         | I         |           | 2         |           |          |                |
| 4.4.  | Смещаемость внутренних органов человека при изменении положений тела в пространстве | I         | I         | I         |           |           | 2         |          |                |
| 4.5.  | Анатомический анализ положений и движений тела человека.                            | I         | I         | I         |           |           | 6         |          |                |
| <b>Итого часов 1 семестр:</b>   |   |           |           |           | <b>14</b> | <b>34</b> | <b>51</b> | <b>9</b> |                |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>   |   |           |           |           |           |           |           |          | <b>Экзамен</b> |
| <b>II СЕМЕСТР</b>   |   |           |           |           |           |           |           |          |                |
| <b>Раздел 5. Анатомо-физиологические особенности обеспечения двигательной деятельности человека</b> |   | <b>II</b> | <b>II</b> | <b>II</b> | <b>6</b>  | <b>16</b> | <b>26</b> |          |                |
| 5.1.  | Внутренние органы   | II        | II        | II        | 2         |           | 2         |          |                |
| 5.1.1.  | Пищеварительная система   | II        | II        | II        | 2         | 4         | 2         |          |                |
| 5.1.2.  | Дыхательная система   | II        | II        | II        |           | 2         | 2         |          |                |
| 5.1.3.  | Мочевые органы  | II        | II        | II        |           | 2         | 2         |          |                |
| 5.1.4.  | Половые органы  | II        | II        | II        |           | 2         | 2         |          |                |
| 5.2.  | Сердечно-сосудистая система   | II        | II        | II        | 2         |           | 2         |          |                |
| 5.2.1.  | Строение сердца и его   | II        | II        | II        |           | 2         | 4         |          |                |

|  |  |   |   |   |   |    |    |     |         |
|--|--|---|---|---|---|----|----|-----|---------|
|  | работа   |   |   |   |   |    |    |     |         |
| 5.2.2.   | Сосуды большого круга кровообращения                     | П | П | П |   | 2  | 4  |     |         |
| 5.2.3  | Лимфатическая система и органы иммуногенеза              | П | П | П |   | 2  |    |     |         |
| 5.2.4  | Возрастные изменения органов сердечно-сосудистой системы | П | П | П |   |    | 6  |     |         |
| <b>Раздел 6. Анатомо-физиологический механизм регулирования и управления двигательной деятельностью человека</b> |  | П | П | П | 4 | 22 | 25 |     |         |
| 6.1.   | П  | П | П | П |   | 2  | 2  |     |         |
| 6.2.   | Нервная система  | П | П | П | 2 |    | 2  |     |         |
| 6.2.1.   | Центральная нервная система (ЦНС)                        | П | П | П |   | 8  | 4  |     |         |
| 6.2.2.   | Проводящие пути центральной нервной системы              | П | П | П | 2 | 2  | 2  |     |         |
| 6.2.3.   | Периферическая нервная система                           | П | П | П |   | 4  | 2  |     |         |
| 6.2.4.   | Вегетативная нервная система                             | П | П | П |   | 4  | 2  |     |         |
| 6.2.5.   | Возрастные изменения центральной нервной системы         | П | П | П |   |    | 2  |     |         |
| 6.3.   | Органы чувств – сенсорные системы                        | П | П | П | 2 |    | 2  |     |         |
| 6.3.1.   | Зрительная, слуховая и вестибулярная сенсорные системы   | П | П | П |   | 2  | 2  |     |         |
| 6.3.2.   | Возрастные изменения органов чувств                      | П | П | П |   |    | 5  |     |         |
| <b>Итого часов 2 семестр:</b>  |  |   |   |   |   |    |    |     |         |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>  |  |   |   |   |   |    |    | 9   | Экзамен |
| <b>Итого часов:</b>  |  |   |   |   |   | 24 | 72 | 102 | 18      |

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



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра Педагогика**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.08 Педагогика**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры Педагогики  
(наименование)  
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Составитель: Киселева Е.В. к.п.н , доцент кафедры Педагогики  
Левченкова Т.В. д.п.н, профессор кафедры Педагогики  
Спицына И.А. ст. преподаватель кафедры Педагогики

---

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

## 1.Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Педагогика» является:  
передача и закрепление базовых знаний по педагогике;  
формирование умений по педагогически целесообразному взаимодействию с учащимися в профессиональной деятельности в сфере физической культуре и спорта. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Педагогика» входит в обязательную часть дисциплин ОПОП бакалавриата направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» Учебная дисциплина «Педагогика» является важнейшей частью базовых дисциплин, которые предполагают освоение студентами фундаментальных знаний по различным отраслям наук.

Данная учебная дисциплина находится во взаимосвязи с преподаваемыми дисциплинами: «Анатомия человека», «Философия», «Физиология человека», «Биохимия», «Психология», которые помогут быстрее адаптироваться к условиям освоения педагогической дисциплине.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)                         | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |



|                |   |  |  |   |
|----------------|---|--|--|---|
| <b>УК-3</b>    | <b>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>  |  |  | 3 |
| <i>УК-3.1.</i> | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия  |  |  |   |
| <i>УК-3.2.</i> | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.   |  |  |   |
| <i>УК-3.3.</i> | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.   |  |  |   |
| <b>УК-6</b>    | <b>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>                                    |  |  | 3 |
| <i>УК-6.1.</i> | Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования.   |  |  |   |
| <i>УК-6.2.</i> | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности.   |  |  |   |
| <i>УК-6.3.</i> | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни. |  |  |   |
|                |   |  |  |   |
| <b>ОПК -5</b>  | <b>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>   |  |  | 3 |
| <i>ОПК-5.1</i> | Знает:<br>основы общей педагогики и факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся;  |  |  |   |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

**очная форма обучения**

| Раздел дисциплины<br>(модуля)   | Семестр   |         |          | Виды учебной работы,<br>включая<br>самостоятельную<br>работу обучающихся в<br>соответствии с учебным<br>планом (в<br>академических часах) |                                 |                           |          | Форма<br>промежуточно<br>й аттестации<br>(по семестрам) |
|---|-----------|---------|----------|---|---------------------------------|---------------------------|----------|---|
|   | 1 поток   | 2 поток | 3 поток  | Занятия<br>лекционного типа   | Занятия<br>семинарского<br>типа | Самостоятельная<br>работа | Контроль |   |
| <b>Раздел: Общие основы педагогики</b>  |           |         | <b>3</b> | <b>4</b>  | <b>8</b>                        | <b>12</b>                 |          |   |
| Тема: Педагогика как наука  |           |         |          | 2   | 2                               | 4                         |          |   |
| Тема: История развития педагогической науки   |           |         |          |   | 2                               | 4                         |          |   |
| Тема: Общие закономерности развития личности. Возрастные и индивидуальные особенности развития                |           |         |          | 2   | 4                               | 4                         |          |   |
| <b>Раздел: Основы обучения и воспитания</b>   |           |         | <b>3</b> | <b>4</b>  | <b>10</b>                       | <b>22</b>                 |          |   |
| Тема: Основы теории обучения  |           |         |          | 2   | 4                               | 8                         |          |   |
| Тема: Основы теории воспитания  |           |         |          | 2   | 4                               | 8                         |          |   |
| Тема: Воспитание в семье  |           |         |          |   | 2                               | 6                         |          |   |
| <b>Раздел: Педагог как личность и профессионал</b>  |           |         | <b>3</b> | <b>2</b>  | <b>4</b>                        | <b>6</b>                  |          |   |
| Тема: Личность и деятельность педагога. Специфика педагогической деятельности в физической культуре и спорте. |           |         |          | 2   | 4                               | 6                         |          |   |
| <b>Итого часов:</b>   | <b>72</b> |         |          | <b>10</b>   | <b>22</b>                       | <b>40</b>                 |          | <b>Дифференцированный зачет</b>                         |

**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.

Примерный перечень вопросов к дифференцированному зачёту:

1. Предмет педагогики, связь педагогики с другими науками, дифференциация педагогики.
2. Основы педагогики, понятийный аппарат
3. Сущность категорий педагогики: воспитание, обучение образование.
4. Система педагогических понятий.
5. Методы исследование в педагогике.
6. Педагогика как теоретическая наука и искусство.
7. История развития зарубежной педагогики.
8. Основные вехи развития педагогики в России.
9. Теоретические основы и выдающиеся представители современной педагогики.
10. Образование как социокультурный феномен и педагогический процесс.
11. Современная система образования в России: типы образовательных учреждений, образовательные стандарты и программы.
12. Отличительные особенности современной образовательной системы.
13. Дидактика как относительно самостоятельная часть педагогической теории.
14. Сущность дидактики ее понятийный аппарат.
15. Понятийный аппарат дидактики
16. Принципы и правила обучения
17. Образование как педагогический процесс. Функции педагогического процесса.
18. Закономерности педагогического процесса
19. Определяющие компоненты педагогического процесса – обучение и воспитание.
20. Структура процессов обучения и воспитания.

- 21.Закономерности и принципы обучения.
- 22.Этапы процесса обучения.
- 23.Общие формы организации учебной деятельности.
- 24.Методы, приёмы, средства обучения процессом.
- 25.Понятийный аппарат теории воспитания.
- 26.Закономерности и принципы воспитания.
- 27.Этапы воспитательного процесса.
- 28.Методы, средства и формы воспитания.
- 29.Воспитание личности в коллективе.
- 30.Гуманистические ориентиры современного воспитания.
- 31.Факторы формирования личности.
- 32.Внешние и внутренние факторы формирования личности.
- 33.Ведущий фактор развития и формирования личности.
- 34.Роль активности личности в собственном развитии.
- 35.Персонализация воспитания.
- 36.Сущность понятий «возраст», «возрастной период», «возрастная периодизация».
- 37.Возрастные периодизации в истории педагогики и современная периодизация детства.
- 38.Необходимость учёта возрастных особенностей в процессе воспитания личности как педагогический принцип.
- 39.Особенности развития и воспитания детей младенческого возраста.
- 40.Особенности развития и воспитания детей преддошкольного возраста.
- 41.Особенности развития и воспитания детей дошкольного возраста.
- 42.Особенности развития и воспитания детей младшего школьного возраста.
43. Особенности развития и воспитания детей подросткового возраста.
44. Особенности развития и воспитания детей старшего школьного возраста.
- 45.Роль семьи в воспитании и обучении ребёнка.
- 46.Роль социальных институтов в обучении и воспитании детей.

47. Общие модели отношений в семьях. Принципы современного семейного воспитания.
48. Содержание семейного воспитания. Общие методы и правила семейного воспитания.
49. Оценка эффективности семейного воспитания.
50. Особенности личности и деятельности педагога.
51. Профессионально значимые личностные качества педагога
52. Компоненты педагогического мастерства;
53. Методы педагогической деятельности.
54. Педагогические способности: сущность и значение.
55. Педагогическое мастерство спортивного педагога
56. Основные принципы управления образовательными учреждениями
57. Школа как педагогическая система и объект научного управления
58. Нормативные документы, регламентирующие деятельность образовательного учреждения
59. Законодательная база образования в Российской Федерации
60. Педагогический коллектив образовательного учреждения. Главные функции руководителя образовательного учреждения
61. Контроль и регулирование деятельности образовательного учреждения
62. Взаимодействие образовательного учреждения с другими объектами воспитания и обучения

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

а) Основная литература:

1 Столяренко А. М. Психология и педагогика : учебник для студентов вузов. – 3-е изд., доп. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. – 543 с.  
[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=446437](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=446437) (SBN: 978-5-238-01679-5, УДК: 159.9(075.8)+ 37(075.8), ББК: 88я73+74я73).

2 Общая педагогика: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям / А.М. Столяренко. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. –

[http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=436823](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=436823) (ISBN: 5-238-00972-0, УДК: 37.01(075.8), ББК: 74.00я73

б) Дополнительная литература

1. Общая педагогика: учебное пособие / авт.-сост.: Т.Н. Таранова, А.А. Гречкина. – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2017. – 151 с. [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=467129](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=467129) (УДК: 37.013: 378.1 (075.8) ББК: 74.00:74.58 я73).

2. [Громкова М. Т. Педагогика высшей школы: учебное пособие для студентов педагогических вузов - Москва: Юнити-Дана, 2015.](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=117717) – 446 с. [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=117717](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=117717) (ISBN: 978-5-238-02236-9, УДК: 378(075.8), ББК: 74.58я73-1).

3. Педагогика и психология высшей школы: современное состояние и перспективы развития: международная научная конференция. Москва, 5–6 июня 2014 г.: сборник статей / под ред. В.А. Ситарова; сост. О.А. Косинова. –М.-Берлин: Директ-Медиа, 2014. – 213 с. [http://biblioclub.ru/index.php?page=book\\_view\\_red&book\\_id=252970](http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&book_id=252970) (SBN: 978-5-4475-2323-7, УДК: 159.9:37.0, ББК: 88+74).

4 Виненко, В.Г. Общие основы педагогики : учеб. пособие / В.Г. Виненко. - М.: Дашков и К, 2009. - 297 с.

Гребенюк, О.С. Общие основы педагогики : учеб. для студентов вузов / О.С. Гребенюк, М.И. Рожков. - М.: Владос-Пресс, 2004. - 160 с.

5.История педагогики и образования: учеб. пособие для студентов вузов / Под ред. З.И. Васильевой. - М.: Academia, 2008. - 429 с.

6.Коджаспирова, Г.М. Педагогика в схемах, таблицах и опорных конспектах / Г.М. Коджаспирова. - Высш. образование. - М.: Айрис-пресс, 2008. - 254 с.

7.Краевский, В.В. Общие основы педагогики: учеб. пособие для студентов

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

Официальный сайт Рособнадзора - <http://www.obrnadzor.gov.ru>

Федеральный образовательный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>

Портал Федеральных образовательных стандартов - <http://fgosvo.ru>

Научная электронная библиотека - <https://elibrary.ru/defaultx.asp>

Педагогическая библиотека - <http://www.pedlib.ru>

Учительская газета - [www.ug.ru](http://www.ug.ru)

Сетевые исследовательские лаборатории «Школа для всех» - <http://www.setilab.ru/>

«Курьер Российской академической науки и высшей школы». Журнал нравов российской научной жизни. Ежемесячный электронный журнал - <http://www.courier-edu.ru/>

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

- программное обеспечение дисциплины:

- 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:*

– 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](http://www.rucont.ru).

–«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).

–Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.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 Педагогика**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Педагогика

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу(модулю) «Общие основы педагогики»               | 3 неделя  | 5                          |
| 2 | Написание реферата по теме «История педагогики»                               | 4   | 10                         |
| 3 | Контрольная работа по разделу(модулю) «Факторы влияющие на развитие личности» | 5   | 5                          |
| 4 | Деловая игра «Возрастные и индивидуальные особенности развития»               | 6-7   | 10                         |
| 5 | Выступление с докладом по разделу «Теория обучения»                           | 10  | 15                         |
| 6 | Выступление с докладом по разделу «Теория воспитания»                         | 12  | 15                         |

|    |   |                    |                   |
|----|---|--------------------|-------------------|
| 8  | Выступление на семинаре «Семейное воспитание»                             | 13                 | 5                 |
| 9  | Выполнение практического задания №1 «Педагог как личность и профессионал» | 15                 | 10                |
| 10 | Посещение занятий   | В течение семестра | 10                |
|    |   |                    |                   |
|    | <b>дифференцированный зачет</b>   |                    | <b>15</b>         |
|    | <b>ИТОГО</b>  |                    | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                       | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу(модулю) «Общие основы педагогики»           | 5                          |
| 2 | Защита таблицы «Возрастные и индивидуальные особенности развития»         | 10                         |
| 3 | Составление конспекта по разделу «Теория обучения»                        | 15                         |
| 4 | Составление конспекта по разделу «Теория воспитания»                      | 15                         |
| 6 | Подготовка доклада с презентацией по теме «Семейное воспитание»           | 10                         |
| 7 | Выполнение практического задания №1 «Педагог как личность и профессионал» | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся дифференцированным зачётом

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

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

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



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра Педагогика**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.08 Педагогика»»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** [3].

**3.Цель освоения дисциплины:**

передача и закрепление базовых знаний по педагогике;

формирование умений по педагогически целесообразному взаимодействию с учащимися в профессиональной деятельности в сфере физической культуры и спорта, вооружение обучающихся знаниями в области теории обучения, воспитания и управления педагогическим процессом.

Обучение ведётся на русском языке.

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

Указывается перечень компетенций (шифр и наименование) или дублируется таблица из пункта 3 рабочей программы дисциплины (модуля).

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-3  | <b>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>                              |  |                                | 3                              |
| УК-3.1.   | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия  |  |                                |                                |
| УК-3.2.   | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.                               |  |                                |                                |
| УК-3.3.   | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды. |  |                                |                                |
| УК-6  | <b>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию</b>  | 3  | 3                              | 3                              |

|               |   |   |   |   |
|---------------|---|---|---|---|
|               | <b>саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>  |   |   |   |
| УК-6.1.       | Знает основные приемы эффективного управления собственным временем; знает основные принципы саморазвития и самообразования.   |   |   |   |
| УК-6.2.       | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; способен к анализу собственной деятельности.   |   |   |   |
| УК-6.3.       | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни. |   |   |   |
|               |   |   |   |   |
| <b>ОПК -5</b> | <b>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>   | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-5.1       | Знает: основы общей педагогики и факторы формирования социально-значимых личностных качеств у занимающихся;   |   |   |   |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| Раздел дисциплины<br>(модуля)          | Семестр |         |          | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации<br>(по семестрам) |
|--|---------|---------|----------|---|---------------------------|------------------------|----------|--|
|  | 1 поток | 2 поток | 3 поток  | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |  |
| <b>Раздел: Общие основы педагогики</b> |         |         | <b>3</b> | <b>4</b>  | <b>8</b>                  | <b>12</b>              |          |  |
| Тема: Педагогика как                   |         |         |          | 2   | 2                         | 4                      |          |  |

|   |           |  |           |           |           |           |  |                                 |
|---|-----------|--|-----------|-----------|-----------|-----------|--|---------------------------------|
| наука   |           |  |           |           |           |           |  |                                 |
| Тема: История развития педагогической науки   |           |  |           | 2         | 4         |           |  |                                 |
| Тема: Общие закономерности развития личности. Возрастные и индивидуальные особенности развития                |           |  | 2         | 4         | 4         |           |  |                                 |
| <b>Раздел: Основы обучения и воспитания</b>   |           |  | <b>3</b>  | <b>4</b>  | <b>10</b> | <b>22</b> |  |                                 |
| Тема: Основы теории обучения  |           |  | 2         | 4         | 8         |           |  |                                 |
| Тема: Основы теории воспитания  |           |  | 2         | 4         | 8         |           |  |                                 |
| Тема: Воспитание в семье  |           |  |           | 2         | 6         |           |  |                                 |
| <b>Раздел: Педагог как личность и профессионал</b>  |           |  | <b>3</b>  | <b>2</b>  | <b>4</b>  | <b>6</b>  |  |                                 |
| Тема: Личность и деятельность педагога. Специфика педагогической деятельности в физической культуре и спорте. |           |  | 2         | 4         | 6         |           |  |                                 |
| <b>Итого часов:</b>   | <b>72</b> |  | <b>10</b> | <b>22</b> | <b>40</b> |           |  | <b>Дифференцированный зачет</b> |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Институт Гуманитарный

Кафедра Психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Б1.0.09 «Психология»**

**Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура**

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

---

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины (модуля) «Психология»  
\_\_\_\_\_ утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом  
\_\_\_\_\_ Института Гуманитарного  
\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Психология»  
обновлена на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Психология»  
обновлена на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) «Психология»  
обновлена на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составитель:

Москвина Нина Викторовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии

Рецензент: Левченкова Татьяна Викторовна - доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры педагогики

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

1. Цель освоения дисциплины «Психология» является: формирование у студентов представлений об основных понятиях и категориях психологической науки, ее ключевых проблемах, принципах и методах, механизмах и закономерностях функционирования психики.

Дисциплина изучается на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «Психология» относится к Блоку 1, обязательной части и реализуется в объеме основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) «Психология», реализуемая в начале процесса освоения обучающимися ООП (ОПОП) и используется в качестве основы для изучения дисциплин (модулей) «Психология физической культуры», «Спортивная психодиагностика», практик - Тренерской практикой в семестре 7, в блоке 2 Обязательной части и практиками в Части, формируемой участниками образовательных отношений: Тренерской практикой в 7 семестре.

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) «Психология» 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)  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
|   | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде                                     |  |                                | 5                              |
| УК-3  |   |  |                                |                                |
| УК-3.1.   | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия  |  |                                | 5                              |
| УК-3.2.   | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.                               |  |                                | 5                              |
| УК-3.3.   | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды. |  |                                | 5                              |

|             |  |  |  |   |
|-------------|--|--|--|---|
|             | <b>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>                                   |  |  | 5 |
| <b>УК-6</b> |  |  |  |   |
| УК-6.1.     | Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем   |  |  | 5 |
| УК-6.2.     | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности    |  |  | 5 |
| УК-6.3.     | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни |  |  | 5 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины «Психология» составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения 5 семестр

| № | 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 | ТЕМА1. ВВЕДЕНИЕ                                    | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 2 | ТЕМА2. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ         | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 3 | ТЕМА3. СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ                          | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 4 | ТЕМА4. ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ            | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 5 | ТЕМА5. СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 6 | ТЕМА6. ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ        | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 7 | ТЕМА7. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ.                         | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 8 | ТЕМА8. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ В ГРУППЕ   | 5       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |

|              |    |    |    |    |  |            |
|--------------|----|----|----|----|--|------------|
| Итого часов: | 72 | 16 | 16 | 40 |  | Дифф.зачет |
|--------------|----|----|----|----|--|------------|

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

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

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

### Примерный перечень вопросов к дифф. зачету с оценкой по дисциплине «Психология» для студентов очной формы обучения

1. Предмет и задачи психологии.
2. Современная практическая психология: основные направления и задачи.
3. Понятие о психологическом консультировании, психокоррекции, психотерапии.
4. Организационные методы, их роль и место в психологическом исследовании. Эмпирические методы психологического исследования.
5. Виды эмпирических методов, их характеристика.
6. Обсервационные методы в психологии.
7. Экспериментальные методы в психологическом исследовании.
8. Психодиагностические методы исследования в психологии.
9. Понятие о психике. Структура психики человека.
10. Психические процессы, их место в структуре психики.
11. Понятие о познавательных психических процессах.
12. Память как познавательный психический процесс.
13. Аналитико-синтетический характер мыслительной деятельности.
14. Внимание как познавательный психический процесс деятельности.
15. Виды мышления.
16. Речь как познавательный психический процесс.
17. Понятие о регулятивных психических процессах.
18. Эмоции как регулятивный психический процесс.
19. Стресс и аффект как психоэмоциональные состояния личности.
20. Фрустрация как особое психоэмоциональное состояние личности.
21. Чувства и потребности личности.
22. Проблема личности в психологии и педагогике.
23. Психолого-педагогические закономерности формирования личности.
24. Активность личности и ее источники.
25. Социализации личности.

26. Личность как объект и субъект управления.
27. Личность руководителя.
28. Темперамент как индивидуально-психологическая особенность личности и его свойства.
29. Психолого-педагогические основы воспитания характера.
30. Понятие о группах и коллективах в психологии и педагогике.
31. Малая группа как объект психолого-педагогического анализа.
32. Психология межличностных отношений.
33. Проблема психологии общения.
34. Общение как социально-психологическое явление.
35. Виды общения, их сущность и основные характеристики.
36. Психологические особенности делового и управленческого общения.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Психология»**

### 1. Основная литература:

1. Психология [Электронный ресурс] / Н.Е. Есманская. — Воронежиздательский дом ВГУ, 2016. — 81 с. — 81 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/635585>

### а) Дополнительная литература:

1. Андреева, Г.М. Социальная психология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Психология" : рек. М-вом образования РФ / Г.М. Андреева. - 5-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект пресс, 2009. - 265 с.: ил. [185402](#)
2. Анцупов, А.Я. Конфликтология : учеб. пособие / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. - 3-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2008. - 490 с.: ил. [182745](#)
3. Байковский, Ю.В. Психодинамика, как фактор выживаемости малой группы в экстремальных условиях горной среды : монография / Ю.В. Байковский. - М.: ТВТ Дивизион, 2010. - 260 с.: ил. [193478](#)
4. Бакирова, Г.Х. Психология развития и мотивации персонала : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Психология" (030301), "Менеджмент орг." (080507), "Упр. персоналом" (080505) : рек. УМЦ "Проф. учеб." / Г.Х. Бакирова. - М.: Юнити, 2009. - 439 с.: ил. [184697](#)
5. Бекоева, Д.Д. Практическая психология : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению "Психология" и психолог. специальностям : рек. Советом по психологии УМО по клас. унив. образованию / Д.Д. Бекоева. - М.: Academia, 2009. - 191 с.: ил. [184434](#)
6. Бендас, Т.В. Психология лидерства / Т.В. Бендас. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 447 с.: ил. [184582](#)
7. Эксакусто, Т.В. Основы психологии делового общения [Электронный ресурс] : [учеб. пособие] / Южный федеральный ун-т, Т.В. Эксакусто. —

Ростов н/Д. : Изд-во ЮФУ, 2015 .— 162 с. : ил. — ISBN 978-5-9275-1712-1.— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/637219>

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

- <https://www.sportedu.ru/>
- <http://lib.sportedu.ru/history.html>
- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

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:*
  - Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
  - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
  - Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

Добавлено примечание ((EM1)): Ссылки на современные профессиональные базы нужно продублировать в пп. в)

Добавлено примечание ((U2R1)): исправила

Добавлено примечание ((U3R1)):

## **7. Материально-техническое обеспечение модуля «Психология».**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet 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 занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

### по дисциплине «Психология» для обучающихся Института спорта и физического воспитания, направления 49.03.04 «Физическая культура» профиль

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте. Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес49.03.01 Физическая культура ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ФИТНЕС  
**3 курс, очной формы обучения.**

#### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра психологии.

Сроки изучения модуля «Психология»: **5 семестр, очной формы обучения.**

Форма промежуточной аттестации: для очной формы обучения – **дифф.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) | Максимальное количество баллов |
|------|--|--|--------------------------------|
| 1    | <b>ТЕМА1.ВВЕДЕНИЕ</b>  |  |                                |
| 1.1. | <i>Выступление на занятии по предложенным темам</i>  | 2-17 НЕД.  | 3                              |
| 2    | <b>ТЕМА2. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ</b> 2-17 НЕД.                                    |  |                                |
| 2.1. | <i>Доклад и презентация по одной из предложенных тем практического занятия</i>                 | 2-17 НЕД.  | 3                              |
| 2.2  | <i>Написание эссе по теме «Восприятие времени»</i>   | 2-17 НЕД.  | 3                              |
| 2.3  | <i>Контрольная работа «Познавательные процессы»</i>  | 2-17 НЕД.  | 5                              |
| 2.4  | <i>Выступление на занятии по теме: «Особенности перцептивного восприятия другого человека»</i> | 2-17 НЕД.  | 3                              |
| 3    | <b>ТЕМА3. СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ</b>   | 2-17 НЕД.  |                                |
| 3.1  | <i>«Круглый стол» по теме: Развитие сознания человека. Сознание и бессознательное.</i>         | 2-17 НЕД.  | 6                              |
| 3.2. | <i>Собеседование по вопросам</i>   | 2-17 НЕД.  | 3                              |
| 4    | <b>ТЕМА4. ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ</b>   | 2-17 НЕД.  |                                |



|     |   |           |                   |
|-----|---|-----------|-------------------|
| 4.1 | <i>Выступление на семинаре по теме «Индивидуально-психологические особенности человека»</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 4.2 | <i>Написание эссе по предложенным темам</i>   | 2-17 НЕД. | <i>1эссе* - 3</i> |
| 4.3 | <i>Доклад: «Человек как личность: социогенетическая основа исследования личности в психологии».</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 4.4 | <i>Психологический портрет с использованием психологических методик: ссылка на описание батареи методик</i><br><a href="https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html">1https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html</a> | 2-17 НЕД. | 6                 |
| 5   | <b>ТЕМА5. СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ</b>   | 2-17 НЕД. |                   |
| 5.1 | <i>Круглый стол: «Человек как индивид: биогенетическая историко-эволюционная основа исследования личности в психологии»</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 5.2 | <i>Диагностика предрасположенности к конфликту: ссылка на описание батареи методик</i><br><a href="https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html">1https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html</a> .                    | 2-17 НЕД. | 2                 |
| 6   | <b>ТЕМА6. ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ</b>  | 2-17 НЕД. |                   |
| 6.1 | <i>Доклад и презентация по теме «Социально-психологический климат в группе»</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 6.2 | <i>Дискуссия по теме: «Человек как индивидуальность: феноменологический, персоногенетический, историко-эволюционный подходы к исследованию личности в психологии»</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 6.3 | <i>Тест по теме</i>   | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 7   | <b>ТЕМА7. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ</b>  | 2-17 НЕД. |                   |
| 7.1 | <i>Доклад и Презентация по предложенным темам</i>   | 2-17 НЕД. | <i>1*-3</i>       |
| 7.2 | <i>Тест по теме «Психология общения»</i>  | 2-17 НЕД. | 3                 |
| 8   | <b>ТЕМА8.СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ В ГРУППЕ</b>  | 2-17 НЕД. |                   |
| 8.1 | <i>Доклад и презентация по теме: «Понятие и виды общения. Структура общения. Вербальное и невербальное</i>  | 2-17 НЕД. | 3                 |

|     |  |                  |                   |
|-----|--|------------------|-------------------|
|     | общение».  |                  |                   |
| 8.2 | <i>Доклад: «Психологический климат в группе, команде».</i> | <i>2-17 НЕД.</i> | <i>3</i>          |
| 8.3 | <i>Тест по теме</i>  | <i>2-17 НЕД.</i> | <i>3</i>          |
| 9   | <i>Дифф.зачет</i>  | <i>17 НЕД.</i>   | <i>30</i>         |
| 10  | <b>ИТОГО</b>   |                  | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости  | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | <i>1. Доклад и презентация по одной из предложенных тем практического занятия</i>  | 3                          |
| 2 | <i>Собеседование по вопросам</i>   | 3                          |
| 3 | <i>Тест по теме</i>  | 3                          |
| 4 | <i>Диагностика предрасположенности к конфликту:</i><br><i>ссылка на описание батареи методик</i><br><a href="https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html">1https://infourok.ru/metodiki-izucheniya-emocionalnoy-sferi-3272969.html</a> | 6                          |
| 5 | <i>Контрольная работа «Роль 1 сигнальной системы в формировании чувства спортивных снарядов, воды, мяча и др. »</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.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся дифф. зачетом

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

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

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

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



**Институт Гуманитарный**

**Кафедра Психологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ  
«Б1.0.09 «Психология»**

**Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура**

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины «Психология»:** составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины «Психология»:** 5 семестр, очной формы обучения.

3. **Цель освоения дисциплины «Психология»:** формирование у студентов представлений об основных понятиях и категориях психологической науки, ее ключевых проблемах, принципах и методах, механизмах и закономерностях функционирования психики.

4. **Перечень планируемых результатов обучения дисциплины «Психология»:**

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| <b>УК-3</b>   | <b>Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде</b>   |  |                                | 5                              |
| УК-3.1.   | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия   |  |                                | 5                              |
| УК-3.2.   | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.  |  |                                | 5                              |
| УК-3.3.   | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.  |  |                                | 5                              |
| <b>УК-6</b>   | <b>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</b>                                   |  |                                | 5                              |
| УК-6.1.   | Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем   |  |                                | 5                              |
| УК-6.2.   | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности    |  |                                | 5                              |
| УК-6.3.   | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни |  |                                | 5                              |

**5. Структура и содержание дисциплины (модуля)  
Очная форма обучения 5семестр**

| №                   | 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                   | ТЕМА1.ВВЕДЕНИЕ                                     | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 2                   | ТЕМА2. ПСИХОЛОГИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ         | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 3                   | ТЕМА3. СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ                          | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 4                   | ТЕМА4. ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ            | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 5                   | ТЕМА5. СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЛИЧНОСТИ | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 6                   | ТЕМА6. ТИПОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ        | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 7                   | ТЕМА7. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ.                         | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 8                   | ТЕМА8.СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ В ГРУППЕ    | 5         | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |  | <b>72</b> | <b>16</b>   | <b>16</b>                 | <b>40</b>              |          | <b>Дифф.зачет</b>                             |

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.10 – Спортивная биомеханика»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 «Физическая культура»

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом Института ТРРИФ

Протокол № 101 от «17» сентября 2019 г.

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

(наименование)

Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Составители:

Тарханов Иван Владимирович, к.п.н., доцент кафедры биомеханики и ЕНД

Лукунина Елена Анатольевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры биомеханики и  
ЕНД

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-оздоровительных областях.

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

Дисциплина в структуре ООП относится к обязательной части 1 блока.

Необходимость введения учебного курса «Спортивная биомеханика» обусловлена тем, что одной из основных ее задач является изучение закономерностей строения, формирования и совершенствования двигательных действий, используемых в качестве физических упражнений, одного из основных средств физического воспитания. С практической точки зрения биомеханика позволяет найти ответ на один из главных вопросов педагогики – чему учить?

Для более глубокого понимания физической сущности двигательных действий человека и сложности управления ими знаний основных законов механики недостаточно, необходимо учитывать закономерности более высокого порядка (биологические, социальные, психологические и др.). Поэтому изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как анатомия, физиология и психология.

Программа реализуется на русском языке

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

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                              |                              |
|------------------|--|--|------------------------------|------------------------------|
|                  |  | Очная форма обучения 1 поток                   | Очная форма обучения 2 поток | Очная форма обучения 3 поток |
| 1                | 3  | 5  | 6                            | 7                            |
| ОПК-1            | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей | 3  | 3                            | 4                            |



|                     | <b>занимающихся различного пола и возраста</b>   |   |   |   |
|---------------------|--|---|---|---|
| <i>ОПК-1.3.</i>     | Знает:<br>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата, биомеханику статических положений и движений человека;  |   |   |   |
| <i>ОПК-1.4.</i>     | - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью   |   |   |   |
| <i>ОПК-1.9.</i>     | - анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств  |   |   |   |
| <i>ОПК-1.19.</i>    | Умеет:<br>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью   |   |   |   |
| <b><i>ОПК-2</i></b> | <b>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</b>   | 3 | 3 | 4 |
| <i>ОПК-2.4.</i>     | Знает:<br>- критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.)   |   |   |   |
| <b><i>ОПК-9</i></b> | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> | 3 | 3 | 4 |
| <i>ОПК-9.2.</i>     | Знает:<br>- основные понятия биомеханики, взаимосвязи между биомеханическими показателями двигательных действий и способностей человека  |   |   |   |
| <i>ОПК-9.13.</i>    | Умеет:<br>- определять биомеханические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста                            |   |   |   |

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы, 144 академических 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) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | <b>Раздел 1. Общая биомеханика</b>  | 3       | 3       | 4       | 2   | 12                        | 10                     |          |   |
| 2 | <i>Тема 1.1.</i> Введение. История возникновения и развития. Цель, задачи, предмет и методы ее исследования, как науки, так и учебной дисциплины.         |         |         |         |   | 4                         | 4                      |          |   |
| 3 | <i>Тема 1.2.</i> Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека. Пассивная часть – кинематические пары и цепи, степени свободы, виды костных рычагов. |         |         |         |   | 4                         | 2                      |          |   |
|   | <i>Тема 1.3.</i> Активная часть – биомеханика мышечного сокращения и ее закономерности  |         |         |         |   | 4                         | 4                      |          |   |
| 4 | <b>Раздел 2. Дифференциальная биомеханика.</b>  |         |         |         | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
|   | <i>Тема 2.1.</i> Биомеханика индивидуальных и групповых особенностей развития моторики человека.  |         |         |         |   | 2                         | 6                      |          |   |
| 5 | <b>Раздел 3. Биомеханика двигательных способностей</b>  |         |         |         | 2   | 18                        | 30                     |          |   |

|    |   |  |  |  |   |    |    |  |  |
|----|---|--|--|--|---|----|----|--|--|
| 6  | Тема 3.1. Биомеханические основы гибкости. Факторы, влияющие на гибкость. Биомеханическое обоснование методики тренировки гибкости.                       |  |  |  |   | 4  | 6  |  |  |
| 7  | Тема 3.2. Биомеханические основы силовых способностей спортсменов. Биомеханика природы внешних сил. Факторы, влияющие на силовые способности спортсменов. |  |  |  |   | 6  | 8  |  |  |
| 8  | Тема 3.3. Биомеханические основы скоростных способностей спортсменов. Факторы, влияющие на скоростные способности. Элементарные и сложные                 |  |  |  |   | 4  | 8  |  |  |
| 9  | Тема 3.4. Биомеханические основы выносливости спортсменов. Биомеханические аспекты локальной и общей выносливости. Методы их определения.                 |  |  |  |   | 4  | 8  |  |  |
| 10 | <b>Раздел 4. Биомеханические основы совершенствования спортивно-технического мастерства спортсменов.</b>  |  |  |  | 2 | 6  | 8  |  |  |
| 10 | Тема 4.1. Биомеханические критерии оценки рациональности, эффективности и освоенности двигательных действий спортсменов.                                  |  |  |  |   | 6  | 8  |  |  |
| 11 | <b>Раздел 5. Биомеханика локомоторных и перемещающих двигательных действий спортсменов</b>  |  |  |  | 2 | 16 | 17 |  |  |

|                                |   |  |  |  |           |           |           |          |                |
|--------------------------------|---|--|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| 12                             | Тема 5.1. Биомеханические особенности и основные кинематические механизмы (ОКМ), обеспечивающие рациональное взаимодействие спортсменов с внешней средой. |  |  |  |           | 8         | 8         |          |                |
| 13                             | Тема 5.2. Биомеханические закономерности выполнения перемещающих двигательных действий спортсменов и их основные Кинематические механизмы – ОКМ           |  |  |  |           | 8         | 9         |          |                |
| <b>Итоговая форма контроля</b> |   |  |  |  |           |           |           |          | <b>Экзамен</b> |
| <b>Итого часов: 144</b>        |   |  |  |  | <b>10</b> | <b>54</b> | <b>71</b> | <b>9</b> |                |

## **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).

### ***Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу***

1. Предмет и задачи биомеханики. Особенности механического движения человека. Направления развития биомеханики. Задачи биомеханики спорта.

2. Биомеханические свойства мышц. Трехкомпонентная механическая модель мышцы. Возникновение силы упругой деформации в пассивной и активной мышце.

3. Тело человека как многозвенная система. Кинематические пары и цепи. Определение подвижности кинематических цепей (степени свободы). Проблема избыточности в управлении кинематическими цепями двигательного аппарата человека.

4. Виды рычагов. Условия равновесия и движения костных рычагов. «Золотое» правило механики. Действие мышц на костные рычаги.

5. Механика мышечного сокращения. Основные режимы мышечного сокращения. Последовательность механических явлений при мышечном сокращении. Мощность, работа и энергия мышечного сокращения.

6. Внешние силы в движениях спортсмена (силы упругой деформации, силы тяжести и веса, силы инерции, силы реакции опоры, силы трения, силы сопротивления среды).

7. Внутренние силы в движениях спортсмена и их отличие от внешних сил. Силы в пассивных элементах двигательного аппарата человека. Силы внутрибрюшного давления. Способы измерения внешних и внутренних сил.

8. Геометрия масс тела человека. Основные показатели, характеризующие распределение масс в теле человека. Центр объема и центр поверхности тела. Влияние масс-инерционных характеристик на движение человека.

9. Механическая энергия и работа в движениях человека. Фракции полной механической энергии звена (теорема Кенига). Понятие о внешней и внутренней работе перемещения тела человека. Способы экономии энергии внутри системы. Методы измерения работы и энергии при движениях человека.

10. Двигательное действие как система движений. Системно-структурный подход и метод биомеханического обоснования строения двигательного действия.

11. Спортивное действие как управляемая система движений. Понятие об управлении. Программный способ управления и управление на основе обратных связей. Центральный и периферический циклы взаимодействия при управлении движениями человека.

12. Особенности управления мышечной активностью. Принцип неоднозначности нервного импульса, силы мышечной тяги и движения. Проблема избыточности в управлении мышечной активностью.

13. Понятие о двигательных качествах спортсмена. Параметрические и непараметрические зависимости между показателями, характеризующими двигательные качества спортсмена.

14. Зависимость силы действия человека от положения тела. Топография силы. Выбор положения тела при тренировке силы.

15. Зависимость силы действия человека от скорости и направления движения.

16. Элементарные формы проявления скоростных качеств. Динамика скорости ОЦМ тела в циклических локомоциях. Градиент силы.

17. Биомеханические аспекты двигательных реакций (виды двигательных реакций и их фазовый состав).

18. Биомеханическая характеристика гибкости. Пассивная и активная гибкость и способы их измерения.

19. Выносливость и способы ее измерения. Явные и латентные показатели выносливости.

20. Основы эргометрии. Объем, интенсивность и время выполнения двигательного задания. Правило обратимости двигательных заданий.

21. Биомеханические проявления утомления. Фазы утомления. Биомеханические основы экономизации спортивной техники (снижение энергозатрат в циклических локомоциях и рекуперация энергии).

22. Спортивно-техническое мастерство. Объем, разносторонность и рациональность спортивной техники.

23. Абсолютная и сравнительная и реализационная эффективность спортивной техники. Способы оценки эффективности. Метод регрессионных остатков.

24. Освоенность техники и показатели ее определяющие (стабильность, устойчивость, автоматизированность). Дискриминативные показатели спортивной техники.

25. Телосложение и моторика человека. Влияние размеров и пропорций тела человека на его двигательные возможности.

26. Онтогенез моторики человека (роль созревания и научения, двигательный возраст). Онтогенез моторики в отдельные возрастные периоды.

27. Движение вокруг осей. Динамика вращательного движения одного звена (механизм вращательного движения звена, изменение вращательного движения звена и системы звеньев). Влияние суставных сил на управление вращательным движением звена.

28. Управление движениями вокруг осей с изменением и сохранением кинетического момента. Способы управления вращательным движением в безопорном и опорном положении.

29. Положение тела человека (место, ориентация и поза). Условия равновесия тела человека и показатели устойчивости. Сохранение положения тела в условиях отсутствия и наличия внешних возмущающих воздействий. Особенности управления мышечной активностью при сохранении и восстановлении положения тела человека.

30. Движение на месте как изменение позы без перемены опоры. Сохранение и изменение движения центра масс системы. Механизмы притягивания и отталкивания. Роль реактивных внешних сил.

31. Локомоторные движения. Механизм отталкивания от опоры. Роль маховых движений при отталкивании от опоры.

32. Биодинамика ходьбы и бега. Биодинамика прыжка (разбег, отталкивание, полет, приземление).

33. Биодинамика передвижений с механическими преобразователями. Передача усилий в велосипедном и гребном спорте.

34. Биомеханика водных локомоций. Плавучесть тел. Движущие и тормозящие силы в водной среде. Механизм гребковых движений.

35. Полет спортивных снарядов (основные показатели, определяющие траекторию спортивного снаряда). Влияние вращения снаряда на его поведение в полете.

36. Сила в перемещающих движениях. Особенности взаимодействия звеньев и выбора положения тела в двигательных действиях, требующих максимального проявления силы. Проблема слабого звена.

37. Скорость в перемещающих движениях. Понятие об абсолютной, относительной и переносной скорости. Механизм «хлеста».

38. Точность в перемещающих движениях (точность слежения и целевая точность). Показатели точности движений (систематическая и случайная ошибки). Проблемы целевой точности в ударных действиях.

39. Основы теории удара (понятие о механическом ударе и мера ударного взаимодействия). Виды ударов.

40. Биомеханика ударных действий. Фазовый состав ударных действий. Роль ударной массы и скорости рабочего звена тела.

### ***Темы расчетно-графических работ (РГР)***

РГР 1 "Анализ динамограммы прыжка вверх с места".

РГР 2 "Построение кинетограммы по координатам".

РГР 3 "Построение кинематических графиков и их анализ".

РГР 4 "Определение положения ОЦМ тела человека".

### ***Темы рефератов***

1 группа тем:

- Сравнительный анализ современных методов развития силы.
- Сравнительный анализ современных методов развития быстроты.
- Сравнительный анализ современных методов развития выносливости.
- Сравнительный анализ современных методов развития гибкости.
- Сравнительный анализ современных методов развития ловкости.
- Сравнительный анализ современных методов развития скоростно-силовых способностей.
- Сравнительный анализ современных методов развития координационной выносливости.
- Сравнительный анализ современных методов развития силовой выносливости.

2 группа тем:

- Пути повышения эффективности техники выбранного двигательного действия (отдельный реферат по каждому двигательному действию).

**Контрольная работа** по биомеханическому обоснованию строения спортивного двигательного действия и использованию интегративного подхода к его анализу

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

*а) Основная литература:*

1. Биомеханика [Электронный ресурс] / Г. В. Стародубцев .— Оренбург : ОГПУ, 2010.— 71 с. — 3-е издание, дополненное. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/232956>

2. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / Г.И. Попов, А.В. Самсонова. – 4-е изд., стер. – М.: Academia, 2016. – 315 с.: ил.

*б) Дополнительная литература:*

1. Баранцев, С.А. Возрастная биомеханика основных видов движений школьников [Электронный ресурс] : монография / С.А. Баранцев .— М. :

Советский спорт, 2014 .— 304 с. : ил. — Библиогр.: с. 284-299 (259 назв.) .— ISBN 978-5-9718-0493-2 . — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/280559>

2. Лабораторный практикум по биомеханике двигательной деятельности. Аппаратно-программный комплекс и учебная документация [Электронный ресурс] : учеб. пособие по дисциплине «Биомеханика двигательной деятельности» для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка» / Ан. А. Шалманов, Ал. А. Шалманов, Е.А. Лукунина, В.Г. Медведев .— М. : РГУФКСМиТ, 2016. — 93 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/636926>

3.Медведев, В.Г. Спортивная биомеханика: Расчетно-графические работы [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физ. культура» / Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), В.Г. Медведев .— М. : «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ», 2018 .— 60 с. : ил. — ISBN 978-5-905563-98-0 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru>

3. Медведев, В.Г. Биомеханика двигательной деятельности [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / Ан. А. Шалманов, А.Е. Лукунина, В.Г. Медведев .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 90 с. : ил. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/>

4. Бернштейн, Н.А. Избранные труды по биомеханике и кибернетике : Учеб. пособие для студентов высш. и сред. спец. учеб. заведен. / Н.А. Бернштейн. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 295 с.

5. Биомеханика двигательных действий и биомеханический контроль в спорте : материалы IV Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 24-26 ноября 2016 г./ Моск. гос. акад. физ. культуры ; ред.-сост. А. Н. Фураев. – Малаховка, 2016. – 244 с.

6. Биомеханика двигательных действий и биомеханический контроль в спорте : Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2015. – 164 с.

7. Биомеханика двигательных действий и биомеханический контроль в спорте : Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2014. – 172 с.

8. Биомеханика спортивных двигательных действий и современные инструментальные методы их контроля : Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Московская государственная академия физической культуры. – Малаховка, 2013. – 208 с.

9. Голомазов, С.В. Кинезиология точностных действий человека / Голомазов Станислав Вениаминович. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 227 с.

10. Донской, Д.Д. Биомеханика : учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Ком. по физ. культуре и спорту при Совете Министров СССР / Д.Д. Донской, В.М. Зацюрский. – М.: ФиС, 1979. – 264 с.: ил.

11. Зацюрский, В.М. Биомеханика двигательного аппарата человека /



В.М. Зациорский, А.С. Аруин, В.Н. Селуянов. – М.: ФиС, 1981. – 143 с.: ил.

12. Зациорский, В.М. Биомеханика отрицательной работы : Метод. разраб. для студентов, аспирантов, слушателей фак. усовершенствования и ВШТ ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М., Прилуцкий Б.И.; ГЦОЛИФК. - М., 1986. - 64 с.

13. Зациорский, В.М. Биомеханика ходьбы : лекция для фак. усовершенствования / В.М. Зациорский, М.А. Каймин ; Гос. центр. ордена Ленина ин-т физ. культуры. – М., 1978. – 65 с.: ил.

14. Зациорский, В.М. Биомеханические аспекты сохранения равновесия человеком при внешних возмущающих воздействиях : Метод. рекомендации для студентов ГЦОЛИФКа: Утв. Учен. сов. ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М., Прилуцкий Б.И.; ГЦОЛИФК. – М., 1984. – 50 с.

15. Зациорский, В.М. Биомеханические основы выносливости / В.М. Зациорский, С.Ю. Алешинский, Н.А. Якунин. – М.: ФиС, 1982. – 207 с.: ил.

16. Зациорский, В.М. Введение. Предмет и история биомеханики : лекция для студентов ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М.; ГЦОЛИФК. – М., 1990. – 15 с.

17. Зациорский, В.М. Усилия мышц в спортивных локомоциях : Метод. разраб. для студентов, слушателей ВШТ и ФПК ГЦОЛИФКа / Зациорский В.М., Прилуцкий Б.И.; ГЦОЛИФК. – М., 1991. – 65 с.

18. Коренберг, В.Б. Спортивная биомеханика : слов.-справ. : учеб. пособие по биомеханике для студентов вузов физ. культуры / Коренберг В.Б.; МГАФК. – Малаховка. – Ч. 1 : Механика. – 1998. – 120 с.: ил.

19. Коренберг, В.Б. Спортивная биомеханика : слов.-справ. : учеб. пособие по биомеханике для студентов вузов физ. культуры / Коренберг В.Б.; МГАФК. – Малаховка. - Ч. 2 : Биомеханическая система. Моторика и ее развитие. Технические средства и измерения. – 1999. – 192 с.: ил.

20. Лабораторный практикум по биомеханике. Аппаратно-программный комплекс и учебная документация : Учебное пособие по Биомеханике двигательной деятельности для студентов РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка». / Шалманов Ан.А., Шалманов Ал.А., Лукунина Е.А., Медведев В.Г. – М.: РГУФКСМиТ, 2016. – 93 с. – Режим доступа: <http://lms.sportedu.ru/mod/resource/view.php?id=53340>.

21. Медведев, В.Г. Биомеханика : метод. рекомендации, задания и учеб. материал для практ. занятий по выполнению расчет.-граф. работ : направление подгот. 034300.62, 034400.62, 071400.62, 050100.62 : профили подгот.: "Адапт. физ. культура", "Физ. реабилитация" : квалификации (степень) выпускника - Бакалавр : форма обучения – оч. : [утв. Эмс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ"] / [Медведев В.Г., Лукунина Е.А., Шалманов А.А.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". – М., 2014. – 78 с.: табл.

22. Медведев, В.Г. Биомеханика двигательной деятельности : Методические рекомендации по дисциплине для студентов, обучающихся по

направлению 49.03.01 «Физическая культура» / В.Г. Медведев, Ан.А. Шалманов, Е.А. Лукунина. – М.: РГУФКСМиТ, 2017. – 88 с. – Режим доступа: <http://lms.sportedu.ru/mod/resource/view.php?id=73218>.

23. Медведев, В.Г. Динамометрия и её применение в научных исследованиях и тестировании спортсменов : Учебное пособие по дисциплине для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профилю «Спортивная подготовка» / Медведев В.Г., Шалманов Ан.А., Перлова В.В.. – Москва: РГУФКСМиТ, 2016. – 65 с. – Режим доступа: <http://lms.sportedu.ru/mod/resource/view.php?id=53342>.

24. Ратов, И.П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П. Ратов, Г.И. Попов, А.А. Логинов, Б.В. Шмонин. – М.: ФиС, 2007. – 120 с.

25. Селуянов, В.Н. Биомеханизм как основа развития теоретической биомеханики двигательной деятельности человека : учеб. пособие для студентов и слушателей РГАФК : утв. Ред.-изд. советом РГАФК / В.Н. Селуянов, Аиед Берхаим ; Рос. гос. акад. физ. культуры. – М., 1997. – 82 с.: табл.

26. Уткин, В.Л. Биомеханика физических упражнений : учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов и для ин-тов физ. культуры по спец. N 2114 Физ. воспитание: Доп. Гособразованим СССР / В.Л. Уткин. – М.: Просвещение, 1989. – 206 с.: ил., табл., граф.

27. Уткин, В.Л. Биомеханические аспекты выносливости : лекция для студентов ин-тов физ. культуры / Уткин В.Л., Зайцева В.В., Александров А.А.; ГЦОЛИФК. – М., 1983. - 28 с.

28. Уткин, В.Л. Биомеханические аспекты спортивной тактики / В.Л. Уткин ; под общ. ред. В.М. Зацюрского. – М.: ФиС, 1984. – 128 с.: ил.

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

[allasamsonova.ru](http://allasamsonova.ru) – сайт зав. кафедрой биомеханики НГУ им. П.Ф. Лесгафта  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/> - международная база данных с материалами по биомеханике

<http://medline.ru/> - медико-биологический портал

<http://vestnik.pstu.ru/biomech/about/inf/> - «Российский журнал биомеханики» с онлайн-архивом полнотекстовых материалов

[https://ru.qaz.wiki/wiki/International\\_Society\\_of\\_Biomechanics](https://ru.qaz.wiki/wiki/International_Society_of_Biomechanics) - Информация о международном обществе биомеханики

<https://isbweb.org> – сайт Международного общества биомеханики

<https://www.qualisys.com> – сайт компании по производству оборудования для биомеханических исследований

<https://www.xsens.com> – сайт производителя высокотехнологичных датчиков и программного обеспечения биомеханических исследований

<http://www.imash.ru/scientific-section/section6/structure6/laboratory-studies-biomechanical-systems/> - сайт лаборатории исследования биомеханических систем РАН

[http://www.vniifk.ru/biomechanics\\_movements.php](http://www.vniifk.ru/biomechanics_movements.php) – анализ биомеханики движений в ВНИИ физической культуры

<https://megaobuchalka.ru/3/19227.html> - история развития биомеханики

г) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:  
- *современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:*

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

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

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

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

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

6.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).

7.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).

8.Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

Данная дисциплина обеспечена:

*Лекционные занятия (161 аудитория)*

– комплект электронных презентаций, слайдов;

– аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

*Практические занятия (68, 70 аудитории)*

– презентационная техника (проектор, экран, компьютер/ноутбук);

Для проведения лабораторных работ на базе учебной лаборатории кафедры (68 аудитория) созданы: лабораторные стенды и учебная документация по их использованию в учебном процессе. Стенды включают в себя: динамометрический комплекс, оптико-электронную систему, электромиографию, динамометрическое устройство для измерения силы мышц – разгибателей нижних конечностей. Используются пакеты компьютерных программ для обработки электрических сигналов.

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 «Спортивная биомеханика» для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, направления подготовки/специальности 49.03.01 «Физическая культура»**

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин

Сроки изучения дисциплины: 3/4 семестр – очная

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### 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 | Контрольная работа по биомеханическому обоснованию строения спортивного двигательного действия и использованию интегративного подхода к его анализу | 18 неделя  | 10                         |
| 2 | Реферат по разделу «Биомеханика двигательных способностей человека»   | 15 неделя  | 10                         |
| 3 | Выполнение практического задания по разделу «РГР 1. Анализ динамограммы прыжка вверх с места»   | 5 неделя   | 5                          |
| 4 | Выполнение практического задания по разделу «РГР 2. Построение кинетограммы от координатам»   | 6 неделя   | 5                          |
| 5 | Выполнение практического задания по разделу «РГР 3. Построение кинематических графиков и их анализ»   | 7 неделя   | 5                          |
| 6 | Выполнение практического задания по разделу «РГР 4. Определение положения ОЦМ тела человека»  | 8 неделя   | 5                          |

|   |   |                    |                   |
|---|---|--------------------|-------------------|
| 7 | Презентация по теме «Проведение научно-исследовательской работы по биомеханике» | 16 неделя          | 10                |
| 8 | Доклад на тему «Научная статья по биомеханике»                                  | 17 неделя          | 10                |
| 9 | Посещение занятий   | В течение семестра | 10                |
|   | <b>Экзамен</b>  |                    | <b>30</b>         |
|   | <b>ИТОГО</b>  |                    | <b>100 баллов</b> |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости   | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Написание реферата по теме «Пути повышения эффективности техники выбранного двигательного действия (выбрать двигательное действие)»                 | 15                         |
| 2 | Контрольная работа по биомеханическому обоснованию строения спортивного двигательного действия и использованию интегративного подхода к его анализу | 15                         |
| 3 | Реферат по разделу «Биомеханика двигательных способностей человека»   | 15                         |
| 4 | Доклад на тему «Научная статья по биомеханике»  | 15                         |

### 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.

– Студент может быть допущен к сдаче экзамена только в том случае, если за одну неделю до начала сессии студент набрал количество баллов, вычисляемое по формуле: 61 балл минус максимальное количество баллов за экзамен ( $61 - 30 = 31$  балл).

– Стоимость посещения каждого учебного занятия рассчитывается как частное от деления установленной за посещение суммы баллов на количество планируемых учебных занятий ( $20/20 = 1$  балл).

– 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. Предусмотрено выполнение рефератов, 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, завершающихся экзаменом

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

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.10 – Спортивная биомеханика»**

Направление подготовки/специальность:  
49.03.01 «Физическая культура»

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 4 зачетные единицы (144 часа).

**2.Семестр освоения дисциплины:** 3 (1 и 2 поток), 4 (3 поток).

**3.Цель освоения дисциплины:** формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующейся на использовании современных возможностей аппаратно-программных средств в различных физкультурно-оздоровительных областях.

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

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                              |                              |
|------------------|--|--|------------------------------|------------------------------|
|                  | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения 1 поток                   | Очная форма обучения 2 поток | Очная форма обучения 3 поток |
| <b>1</b>         | <b>3</b>   | <b>5</b>                                       | <b>6</b>                     | <b>7</b>                     |
| <b>ОПК-1</b>     | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | <b>3</b>                                       | <b>3</b>                     | <b>4</b>                     |
| <i>ОПК-1.3</i>   | . Знает:<br>- биомеханические особенности опорно-двигательного аппарата, биомеханику статических положений и движений человека;  |  |                              |                              |
| <i>ОПК-1.4</i>   | - биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью   |  |                              |                              |
| <i>ОПК-1.9</i>   | .- анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств   |  |                              |                              |
| <i>ОПК-1.19</i>  | Умеет:<br>- применять биомеханические технологии формирования и совершенствования движений человека с заданной результативностью   |  |                              |                              |
| <b>ОПК-2</b>     | Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий  | <b>3</b>                                       | <b>3</b>                     | <b>4</b>                     |

|           |  |          |          |          |
|-----------|--|----------|----------|----------|
| ОПК-2.4   | .Знает:<br>- критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.)  |          |          |          |
| ОПК-9     | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> | <b>3</b> | <b>3</b> | <b>4</b> |
| ОПК-9.2.  | Знает:<br>- основные понятия биомеханики, взаимосвязи между биомеханическими показателями двигательных действий и способностей человека  |          |          |          |
| ОПК-9.13. | Умеет:<br>- определять биомеханические особенности физкультурно-спортивной деятельности и характер ее влияния на организм человека с учетом пола и возраста                            |          |          |          |

Общая трудоемкость дисциплины составляет **4 зачетные единицы, 144 академических 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) |
|---|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Раздел 1. Общая биомеханика  | 3       | 3       | 4       | 2   | 12                        | 10                     |          |   |
| 2 | Тема 1.1. Введение. История возникновения и развития. Цель, задачи, предмет и методы ее исследования, как науки, так и учебной дисциплины. |         |         |         |   | 4                         | 4                      |          |   |



|   |   |  |  |   |    |    |  |  |
|---|---|--|--|---|----|----|--|--|
| 3 | Тема 1.2. Биомеханика опорно-двигательного аппарата человека. Пассивная часть – кинематические пары и цепи, степени свободы, виды костных рычагов.        |  |  |   | 4  | 2  |  |  |
|   | Тема 1.3. Активная часть – биомеханика мышечного сокращения и ее закономерности   |  |  |   | 4  | 4  |  |  |
| 4 | <b>Раздел 2. Дифференциальная биомеханика.</b>  |  |  | 2 | 2  | 6  |  |  |
|   | Тема 2.1. Биомеханика индивидуальных и групповых особенностей развития моторики человека.   |  |  |   | 2  | 6  |  |  |
| 5 | <b>Раздел 3. Биомеханика двигательных способностей</b>  |  |  | 2 | 18 | 30 |  |  |
| 6 | Тема 3.1. Биомеханические основы гибкости. Факторы, влияющие на гибкость. Биомеханическое обоснование методики тренировки гибкости.                       |  |  |   | 4  | 6  |  |  |
| 7 | Тема 3.2. Биомеханические основы силовых способностей спортсменов. Биомеханика природы внешних сил. Факторы, влияющие на силовые способности спортсменов. |  |  |   | 6  | 8  |  |  |
| 8 | Тема 3.3. Биомеханические основы скоростных способностей спортсменов. Факторы, влияющие на скоростные способности. Элементарные и сложные                 |  |  |   | 4  | 8  |  |  |
| 9 | Тема 3.4. Биомеханические основы выносливости спортсменов. Биомеханические аспекты локальной и общей выносливости. Методы их определения.                 |  |  |   | 4  | 8  |  |  |

|                                |  |  |  |  |           |           |           |          |                |
|--------------------------------|--|--|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| 10                             | <b>Раздел 4. Биомеханические основы совершенствования спортивно-технического мастерства спортсменов.</b>   |  |  |  | 2         | 6         | 8         |          |                |
| 10                             | <i>Тема 4.1.</i> Биомеханические критерии оценки рациональности, эффективности и освоенности двигательных действий спортсменов.                                  |  |  |  |           | 6         | 8         |          |                |
| 11                             | <b>Раздел 5. Биомеханика локомоторных и перемещающих двигательных действий спортсменов</b>   |  |  |  | 2         | 16        | 17        |          |                |
| 12                             | <i>Тема 5.1.</i> Биомеханические особенности и основные кинематические механизмы (ОКМ), обеспечивающие рациональное взаимодействие спортсменов с внешней средой. |  |  |  |           | 8         | 8         |          |                |
| 13                             | <i>Тема 5.2.</i> Биомеханические закономерности выполнения перемещающих двигательных действий спортсменов и их основные Кинематические механизмы – ОКМ           |  |  |  |           | 8         | 9         |          |                |
| <b>Итоговая форма контроля</b> |  |  |  |  |           |           |           |          | <b>Экзамен</b> |
| <b>Итого часов: 144</b>        |  |  |  |  | <b>10</b> | <b>54</b> | <b>71</b> | <b>9</b> |                |

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 физиологии**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.11. Физиология человека »**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры физиологии

Протокол № 3 от «13» сентября 2019 г.

Составители:

Белицкая Любовь Александровна, старший преподаватель кафедры  
физиологии РГУФКСМиТ

Беляев Федор Павлович, кандидат медицинских наук, доцент  
кафедры физиологии РГУФКСМиТ

Меркурьев Владимир Александрович, старший преподаватель  
кафедры физиологии РГУФКСМиТ

### 1. Цель освоения дисциплины «Физиология человека»

Цель освоения дисциплины Физиология человека - дать студентам достаточный объем физиологических знаний, исследовательских умений и практических навыков, являющихся естественнонаучной основой для изучения общепрофессиональных и специальных учебных дисциплин, составляющих фундамент профессиональной подготовки бакалавра по физической культуре.

Программа дисциплины реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Б1.О.11. Физиология человека» относится к обязательной части 1 блока дисциплин учебного плана по образовательной программе бакалавриата направления подготовки 49.03.01. Физическая культура для набора 2020 года. Осваивается на 2 курсе, 3 и 4 семестры.

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и виды деятельности, сформированные в процессе изучения предметов "Анатомия человека", "Биохимия человека". Физиология человека как учебная дисциплина играет важную роль в подготовке бакалавров в области физической культуры. Знание физиологических функций человека, механизмов их развития, а также способов и методов оценки – необходимое условие успешной работы бакалавров. Знание этих закономерностей оградит практику физического воспитания от применения как недостаточных, так и чрезмерных мышечных нагрузок, опасных для здоровья, особенно юных спортсменов. Физиология человека является базовой фундаментальной дисциплиной, служит теоретической основой таких предметов, как Физиология спорта, Спортивная медицина, Спортивный массаж, Биоэнергетика спорта, Теория и методика детско-юношеского спорта и др.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-1. Способен планировать содержание занятий с учетом       | ОПК-1.1. Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки | 3  | 3                              | 3                              |

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
| положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения;  | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.2. Знает влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса;   | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.6. Знает анатомо-морфологические особенности, физиологические функции основных органов и систем человека в возрастном и половом аспекте;   | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.7. Знает физиологические и биохимические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе; | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.8. Знает физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;  | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.9. Знает анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств;  | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-1.20. Умеет выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности;   | 4 | 4 | 4 |
| <b>ОПК-2.</b> Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий   | ОПК-2.4. Знает критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.);   | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-2.8. Умеет определять показатели физического развития человека;  | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-2.13. Имеет опыт проведения оценки функционального состояния;  | 4 | 4 | 4 |
| <b>ОПК-9.</b> Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития,  | ОПК-9.5. Знает методы оценки функционального состояния различных физиологических систем организма человека с учетом возраста и пола;   | 3 | 3 | 3 |
|   | ОПК-9.14. Умеет оценивать функциональное состояние организма занимающихся и  | 4 | 4 | 4 |

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся | определять протекание восстановительных процессов в организме занимающихся физической культурой и спортом; ОПК-9.15. Умеет использовать методы измерения основных физиологических и биохимических параметров в покое и при различных состояниях организма человека; | 4 | 4 | 4 |
|--|---|---|---|---|

#### 4. Структура и содержание дисциплины «Физиология человека»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов.

#### Очная форма обучения 1, 2, 3 поток – 3,4 семестры

| № | Раздел дисциплины  | Семестр    | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--|------------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  |            | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | 2  | 3          | 6   | 7                         | 8                      |          | 9   |
| 1 | <b>Раздел 1. Введение в физиологию</b>                                 | <b>III</b> | <b>2</b>  |                           | <b>16</b>              |          |   |
|   | Тема 1.1. История физиологии. Основные физиологические понятия         |            | 1   |                           | 8                      |          |   |
|   | Тема 1.2. Физиология клетки  |            | 1   |                           | 8                      |          |   |
| 2 | <b>Раздел 2. Нервная система</b>                                       | <b>III</b> | <b>2</b>  | <b>8</b>                  | <b>9</b>               |          |   |
|   | Тема 2.1. Возбудимые ткани. Физиология ЦНС. Торможение в ЦНС           |            | 1   | 6                         | 5                      |          |   |
|   | Тема 2.2. Физиология вегетативной нервной системы.                     |            | 1   | 2                         | 4                      |          |   |
| 3 | <b>Раздел 3. Физиология нервно-мышечного (двигательного) аппарата.</b> | <b>III</b> | <b>4</b>  | <b>10</b>                 | <b>11</b>              |          |   |

|          |  |            |           |           |           |          |                |
|----------|--|------------|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|          | Тема 3.1. Строение и функции нервно-мышечного аппарата                       |            | 2         | 4         | 5         |          |                |
|          | Тема 3.2. Сенсорные системы  |            | 1         | 4         | 6         |          |                |
|          | Тема 3.3. Физиология ВНД   |            | 1         | 2         |           |          |                |
| <b>4</b> | <b>Раздел 4. Кислород-транспортные системы организма.</b>                    | <b>III</b> | <b>8</b>  | <b>14</b> | <b>24</b> |          |                |
|          | Тема 4.1. Физиология системы крови.  |            | 2         | 4         | 6         |          |                |
|          | Тема 4.2 Иммунная система  |            | 2         |           | 6         |          |                |
|          | Тема 4.3. Физиология кровообращения. Адаптация ССС к нагрузкам               |            | 2         | 6         | 6         |          |                |
|          | Тема 4.4. Физиология дыхания   |            | 2         | 4         | 6         |          |                |
|          | <b>Итого за семестр 108</b>  | <b>III</b> | <b>16</b> | <b>32</b> | <b>60</b> |          |                |
| <b>5</b> | <b>Раздел 5. Обмен веществ и энергообеспечение</b>                           | <b>IV</b>  | <b>6</b>  | <b>18</b> | <b>21</b> |          |                |
|          | Тема 5.1 Физиология пищеварения  |            | 2         | 6         | 7         |          |                |
|          | Тема 5.2 Обмен веществ и энергии   |            | 2         | 6         | 7         |          |                |
|          | Тема 5.3. Выделение, Водно-солевой обмен. Функции почек                      |            | 2         | 6         | 7         |          |                |
| <b>6</b> | <b>Раздел 6. Системы регуляции жизнедеятельности организма</b>               | <b>IV</b>  | <b>2</b>  | <b>6</b>  | <b>10</b> |          |                |
|          | Тема 6.1. Основы гуморальной регуляции. Физиология желез внутренней секреции |            | 2         | 6         | 10        |          |                |
|          | <b>Итого за семестр 72</b>   | <b>IV</b>  | <b>8</b>  | <b>24</b> | <b>31</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |
|          | <b>Итого часов 180</b>   |            | <b>24</b> | <b>56</b> | <b>91</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

## **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 «Физиология человека».



## **Примерный перечень вопросов к экзамену по всей дисциплине для студентов очной формы обучения.**

1. Основные понятия физиологии. Основные функциональные характеристики возбудимых тканей. Нервная и гуморальная регуляция функций.
2. Мембранный потенциал покоя возбудимых клеток. Потенциал действия (нервный импульс). Механизм его возникновения и проведения по нервному волокну.
3. Центральная нервная система, ее основные функции и рефлекторные механизмы деятельности. Нейроны как основные структурно-функциональные элементы ЦНС. Функции нейронов, разновидности нейронов.
4. Синаптическая связь между нейронами. Синапсы и механизм их работы.
5. Рефлекторная дуга (кольцо), ее составные части. Элементарные двигательные рефлексы у человека (сухожильные и др.)
6. Торможение в ЦНС и его механизмы. Значение торможения в регуляции физиологических функций. Виды торможения.
7. Передача возбуждения от нервного волокна к мышечному. Нервно-мышечный синапс.
8. Общий план строения сенсорных систем
9. Физиология рецепторов, их значение и классификация. Пороги возбуждения рецепторов.
10. Строение и функции моторной (двигательной) сенсорной системы. Проприорецепторы скелетных мышц и их роль в управлении движениями
11. Роль сенсорных систем в организме человека.
12. Вегетативная нервная система (ВНС) и ее роль в регуляции вегетативных функций и поддержании гомеостаза. Строение и функции симпатического и парасимпатического отделов ВНС.
13. Понятие о нервно-мышечном (двигательном) аппарате. Двигательные единицы (ДЕ) и их классификация. Функциональные особенности различных типов ДЕ (порог активации, скорость и сила сокращения, утомляемость и др.). Значение типа ДЕ при различных видах мышечной деятельности.
14. Мышечная композиция. Функциональные особенности разных типов мышечных волокон (медленные и быстрые). Их роль в проявлении мышечной силы, скорости и выносливости.
15. Одиночное и тетаническое сокращение мышечного волокна. Электромиограмма.
16. Механизм сокращения и расслабления мышечного волокна. Теория скольжения. Роль саркоплазматического ретикулума и ионов кальция в сокращении
17. Механизм регуляции силы сокращения мышц (число активных ДЕ, частота импульсации мотонейронов, синхронизация сокращения мышечных волокон отдельных ДЕ во времени).
18. Система крови. Объем, состав и функции крови. Гематокрит. Кислотно-щелочное равновесие и активная реакция крови в покое и при мышечной работе разного характера и мощности. Буферные системы крови.
19. Плазма крови. Гомеостатические константы крови. Осмотическое и онкотическое давление плазмы. Изменения в плазме крови при мышечной работе.
20. Эритроциты, их количество и функции. Изменения в связи с мышечной работой, истинный и ложный эритроцитоз.
21. Лейкоциты, их состав и функции. Миогенный лейкоцитоз.
22. Роль лейкоцитов в формировании иммунитета.

23. Тромбоциты. Свертывающая и противосвертывающая системы крови, их изменения при мышечной работе.
24. Изменения крови при мышечной деятельности. Рабочая гемоконцентрация и ее механизмы.
25. Сердце как насос. Структурные и функциональные особенности сердечной мышцы. Автоматия и проводящая система сердца. Электрокардиограмма.
26. Показатели работы сердца. Минутный объем кровообращения и показатели, определяющие его. Связь деятельности сердца с мощностью работы (потреблением кислорода).
27. Регуляция работы сердца.
28. Гемодинамика. Основные законы гемодинамики. Объемная и линейная скорости кровотока. Время кругооборота крови.
29. Артериальное давление. Факторы, определяющие систолическое, диастолическое и пульсовое давление. Изменение АД при различных видах мышечной работы.
30. Дыхание и его функции. Этапы газообмена в организме. Внешнее дыхание. Механизмы вдоха и выдоха.
31. Легочная вентиляция (минутный объем дыхания) и факторы, ее определяющие в покое и при мышечной работе. Способы определения легочной вентиляции, дыхательного объема, частоты дыхания и жизненной емкости легких.
32. Обмен газов в легких и их перенос кровью.
33. Потребление организмом кислорода в покое и при мышечной работе разной мощности. Методы определения потребления O<sub>2</sub> и выделения CO<sub>2</sub>
34. Регуляция дыхания в покое и при мышечной работе.
35. Общая характеристика пищеварительных процессов. Пищеварение в различных отделах желудочно-кишечного тракта.
36. Железы внутренней секреции и их гормоны. Механизмы действия гормонов на физиологические функции организма человека.
37. Сущность обмена веществ к энергии. Значение этих процессов для жизнедеятельности организма

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

### **а) Основная литература:**

1. Солодков, А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Электронный ресурс] : учебник / Е.Б. Сологуб, А.С. Солодков .— 4-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2012 .— 624 с. : ил. — ISBN 978-5-9718-0568-7 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187910>

2. Кириллова, Н. П. Физиология человека [Электронный ресурс] : курс лекций / И. А. Дичанкина, А. Л. Крамаренко, Н. П. Кириллова .— Хабаровск : ДВГАФК, 2011 .— 147 с. — ISBN 978-5-8028-0145-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/284506>

### **б) Дополнительная литература:**

1. «Физиология человека» : лабораторные работы [Электронный ресурс] / И.Г. Сидорова .— учебно-метод. пособие .— М. : «Центральный коллектор библиотек «БИБКОМ», 2012 .— 93 с. — ISBN 978-5-905563-04-1 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/188124>

2. Васильев, Ю.Г. Физиология человека [Электронный ресурс] : задания в тестовой форме / Е.В. Елисеева, Ю.Г. Васильев .— Ижевск : ФГБОУ ВПО Ижевская ГСХА, 2013 .— 84 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/327137>

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

1. [humbio.ru/humbio/physiology/0005e445/htm](http://humbio.ru/humbio/physiology/0005e445/htm) Электронный учебник по биологии человека, раздел физиология.
2. [Fiziologieacheloveka.ru](http://Fiziologieacheloveka.ru) Электронный учебник по физиологии
3. <http://www.vesti-nauka.ru> - сайт новостей в науке
4. <http://www.lenta.ru/science> - сайт новостей в науке 1
5. <http://www.college.ru> – сайт, содержащий открытые учебники по естественнонаучным дисциплинам
6. <http://www.krugosvet.ru> – сетевая энциклопедия «Кругосвет»
7. <http://ru.wikipedia.org> – сетевая энциклопедия «Википедия»

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:*

1. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
2. Информационно-правовое обеспечение – Гарант. [www.garant.ru](http://www.garant.ru)

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины «Физиология человека» предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

1. Мультимедийной аудитории, вместимостью более 20 человек, включающей специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к справочно-правовой системе.

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

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

Приложения к рабочей программе дисциплины  
**ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**по дисциплине «Физиология человека»**

**для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

## I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: физиологии.

Сроки изучения дисциплины «Физиология человека» – 3,4 семестр очной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен

## 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 | Семинар: Физиология ЦНС, ВНС. Регуляция физиологических функций           | 5  | 8                          |
| 2 | Практическое занятие: Исследование возбудимости нервной и мышечной ткани. | 7  | 3                          |
| 3 | Семинар: Сенсорные системы  | 11   | 8                          |
| 4 | Практическое занятие: Исследование работы сенсорных систем.               | 13   | 3                          |
| 5 | Семинар: Функции мышц. Биоэнергетика мышечной деятельности                | 16   | 8                          |
| 6 | Семинар: Функции крови, форменные элементы крови                          | 29   | 8                          |
| 7 | Семинар: Система кровообращения   | 31   | 8                          |
| 8 | Практическое занятие: Электрокардиография.                                | 32   | 3                          |

|    |   |                           |                   |
|----|---|---------------------------|-------------------|
| 9  | <i>Практическое занятие: Исследование функции внешнего дыхания методом спирометрии.</i> | 34                        | 3                 |
| 10 | <i>Доклад на тему: Физиология желез внутренней секреции.</i>                            | 36                        | 10                |
| 11 | <i>Семинар: Обмен веществ и энергии в организме</i>                                     | 39                        | 8                 |
| 12 | <i>Посещение занятий</i>  | <i>в течение семестра</i> | 10                |
|    | <b>экзамен</b>  |                           | <b>20</b>         |
|    | <b>ИТОГО</b>  |                           | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                           | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | <i>Наличие конспекта лекции и занятий по пропущенной теме</i> | 5                          |
| 2 | <i>Выступление по теме пропущенного семинара</i>              | 8                          |
| 3 | <i>Написание реферата по пропущенной теме</i>                 | 10                         |
| 4 | <i>Написание доклада по пропущенной теме</i>                  | 10                         |
| 5 | <i>Презентация по пропущенной теме</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.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

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

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля  
успеваемости**

|                         |     |       |       |       |       |        |
|-------------------------|-----|-------|-------|-------|-------|--------|
| Набранные баллы         | <51 | 51-60 | 61-67 | 68-84 | 85-93 | 94-100 |
| Оценка по шкале<br>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 Физиологии**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.11. Физиология человека»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины:** составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов

**2.Семестр освоения дисциплины:** 3, 4 семестр на очной форме обучения,

**3.Цель освоения дисциплины «Физиология человека»** - дать студентам достаточный объем физиологических знаний, исследовательских умений и практических навыков, являющихся естественнонаучной основой для изучения общепрофессиональных и специальных учебных дисциплин, составляющих фундамент профессиональной подготовки бакалавра по физической культуре.

**4.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине «Физиология человека»:**

**ОПК-1** - Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста

**ОПК-2** - Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий

**ОПК-9** – Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся .

**5.Краткое содержание дисциплины**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц, 180 академических часов.

**Очная форма обучения 1, 2, 3 поток – 3,4 семестры**

| № | Раздел дисциплины               | Семестр | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---------------------------------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |                                 |         | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | 2                               | 3       | 6   | 7                         | 8                      | 9        |   |
| 1 | Раздел 1. Введение в физиологию | III     | 2   |                           | 16                     |          |   |



|          |  |            |           |           |           |  |  |
|----------|--|------------|-----------|-----------|-----------|--|--|
|          | Тема 1.1.История физиологии. Основные физиологические понятия          |            | 1         |           | 8         |  |  |
|          | Тема 1.2. Физиология клетки  |            | 1         |           | 8         |  |  |
| <b>2</b> | <b>Раздел 2. Нервная система</b>                                       | <b>III</b> | <b>2</b>  | <b>8</b>  | <b>9</b>  |  |  |
|          | Тема 2.1.Возбудимые ткани. Физиология ЦНС. Торможение в ЦНС            |            | 1         | 6         | 5         |  |  |
|          | Тема 2.2. Физиология вегетативной нервной системы.                     |            | 1         | 2         | 4         |  |  |
| <b>3</b> | <b>Раздел 3. Физиология нервно-мышечного (двигательного) аппарата.</b> | <b>III</b> | <b>4</b>  | <b>10</b> | <b>11</b> |  |  |
|          | Тема 3.1. Строение и функции нервно-мышечного аппарата                 |            | 2         | 4         | 5         |  |  |
|          | Тема 3.2. Сенсорные системы  |            | 1         | 4         | 6         |  |  |
|          | Тема 3.3. Физиология ВНД   |            | 1         | 2         |           |  |  |
| <b>4</b> | <b>Раздел 4. Кислород-транспортные системы организма.</b>              | <b>III</b> | <b>8</b>  | <b>14</b> | <b>24</b> |  |  |
|          | Тема 4.1. Физиология системы крови.                                    |            | 2         | 4         | 6         |  |  |
|          | Тема 4.2 Иммунная система  |            | 2         |           | 6         |  |  |
|          | Тема 4.3. Физиология кровообращения. Адаптация ССС к нагрузкам         |            | 2         | 6         | 6         |  |  |
|          | Тема 4.4. Физиология дыхания   |            | 2         | 4         | 6         |  |  |
|          | <b>Итого за семестр 108</b>  | <b>III</b> | <b>16</b> | <b>32</b> | <b>60</b> |  |  |
| <b>5</b> | <b>Раздел 5. Обмен веществ и энергообеспечение</b>                     | <b>IV</b>  | <b>6</b>  | <b>18</b> | <b>21</b> |  |  |
|          | Тема 5.1 Физиология пищеварения  |            | 2         | 6         | 7         |  |  |
|          | Тема 5.2 Обмен веществ и энергии                                       |            | 2         | 6         | 7         |  |  |
|          | Тема 5.3. Выделение, Водно-солевой обмен. Функции почек                |            | 2         | 6         | 7         |  |  |
| <b>6</b> | <b>Раздел 6. Системы регуляции жизнедеятельности организма</b>         | <b>IV</b>  | <b>2</b>  | <b>6</b>  | <b>10</b> |  |  |
|          | Тема 6.1. Основы гуморальной регуляции.                                |            | 2         | 6         | 10        |  |  |

|  |                                   |            |           |           |           |           |          |                |
|--|-----------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|  | Физиология<br>внутренней секреции | желез      |           |           |           |           |          |                |
|  | <b>Итого за семестр</b>           | <b>72</b>  | <b>IV</b> | <b>8</b>  | <b>24</b> | <b>31</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |
|  | <b>Итого часов</b>                | <b>180</b> |           | <b>24</b> | <b>56</b> | <b>91</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

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 биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**« Б1.О.12 Биохимия человека \_»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры биохимии и биоэнергетики  
спорта им.Н.И.Волкова  
(наименование)

Протокол № 3 от « 12» \_сентября\_2019 г.

Составитель: Тамбовцева Ритта Викторовна – доктор биологических наук,  
профессор, зав. кафедрой биохимии и биоэнергетики спорта им.  
Н.И.Волкова РГУФКСМиТ;

Черемисинов Виталий Николаевич – кандидат биологических наук,  
профессор кафедры биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова  
РГУФКСМиТ;

Никулина Ирина Александровна - ст. преподаватель кафедры биохимии и  
биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова РГУФКСМиТ.

---

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

## **1.Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.0.12 Биохимия человека» является: вооружить будущих специалистов по физической культуре знаниями химических основ процессов жизнедеятельности, особенностей протекания биохимических процессов во время и после занятий физическими упражнениями и спортом. Изучение биохимии человека способствует формированию у студентов правильного понимания причин тех изменений в организме человека, которые наблюдаются в результате систематических занятий физическими упражнениями и спортом, позволяет использовать полученные знания при планировании занятий физическими упражнениями, направленными на повышение работоспособности и совершенствование двигательных качеств человека. Дисциплина «Биохимия человека» по направлению 49.03.01 «Физическая культура» реализуется на русском языке.

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

Дисциплина Б1.0.12 «Биохимия человека» является обязательной дисциплиной базовой части образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО), реализуемый по направлению подготовки бакалавров 49.03.01 «Физическая культура».

Курс биохимии человека основывается на знаниях и умениях, которые обучающиеся получили в школе при освоении химии и биологии и дополняет знания о функционировании организма человека, которые студенты получают при изучении физиологии и анатомии в РГУФКСМиТ. Биохимия является необходимой предшественницей при изучении биоэнергетики физических упражнений, общей физиологии и физиологии мышечной деятельности, гигиены и спортивной медицины. Достижения биохимии человека широко используются в практике физического воспитания и спортивной тренировки, при преподавании теории и методики физического воспитания и в специальных курсах по спортивным и педагогическим дисциплинам. Биохимия играет важную роль в создании научных основ физического воспитания.

В дальнейшем знания, умения и навыки студентов, сформированные в процессе изучения биохимии человека используются при выполнении учебно-исследовательских работ, связанных с изучением физической работоспособности в спорте, выполнением курсовых работ и выпускной квалификационной работы.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                   |                                   |
|---|---|--|-----------------------------------|-----------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения<br>(1 поток)              | Очная форма обучения<br>(2 поток) | Очная форма обучения<br>(3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                                 | 5                                 |
| ОПК-1   | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста  | 5  | 5                                 | 5                                 |
| ОПК-1   | Знает:<br>ОПК-1.5. Знает возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физическойкультурой и спортом;<br>ОПК-1.7. Знает физиологические и биохимические механизмы регуляции деятельности основных органов и системорганизма человекаразличных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;<br>ОПК-1.8. Знает физиологические и биохимические закономерности двигательной активности ипроцессов восстановления;<br>ОПК-1.9. Знает анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физическихкачеств; | 5  | 5                                 | 5                                 |
| ОПК-1   | Умеет :<br>ОПК-1.20. Умеет выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности  |  |                                   |                                   |

|       |   |   |   |   |
|-------|---|---|---|---|
| ОПК-9 | Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся   | 5 | 5 | 5 |
| ОПК-9 | Знает:<br>ОПК-9.3. Знает влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;<br>ОПК-9.4. Знает закономерности протекания биохимических процессов в организме человека, особенности регуляции обменных процессов   | 5 | 5 | 5 |
| ОПК-9 | Умеет:<br>ОПК-9.14. Умеет оценивать функциональное состояние организма занимающихся и определять протекание восстановительных процессов в организме занимающихся физической культурой и спортом;<br>ОПК-9.15. Умеет использовать методы измерения основных физиологических и биохимических параметров в покое и при различных состояниях организма человека | 5 | 5 | 5 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 академических часов.

#### очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины                                      | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
|   | Раздел 1. Биохимия обмена веществ в организме человека | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |

|    |   |   |   |   |           |           |           |          |                |
|----|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| 1  | Химический состав организма человека. Общие закономерности обмена веществ и энергии                     |   |   |   | 1         | 1         | 2         |          |                |
| 2  | Биокатализ. Гормоны   |   |   |   | 1         | 2         | 2         |          |                |
| 3  | Биоэнергетика   |   |   |   | 2         | 2         | 2         |          |                |
| 4  | Углеводы  |   |   |   | 1         | 2         | 4         |          |                |
| 5  | Липиды  |   |   |   | 1         | 2         | 2         |          |                |
| 6  | Белки   |   |   |   | 1         | 2         | 4         |          |                |
| 7  | Нуклеиновые кислоты   |   |   |   |           | 2         | 2         |          |                |
| 8  | Обмен воды и минеральных соединений   |   |   |   |           | 1         | 2         |          |                |
| 9  | Витамины  |   |   |   |           | 2         | 4         |          |                |
| 10 | Презентации и рефераты по биохимии белков, жиров и углеводов.   |   |   |   |           | 2         | 2         |          |                |
| 11 | Обмен углеводов   |   |   |   | 1         |           | 2         |          |                |
| 12 | Обмен жиров   |   |   |   | 1         | 2         | 2         |          |                |
| 13 | Обмен белков и нуклеиновых кислот   |   |   |   | 1         | 2         | 2         |          |                |
|    | Раздел 2. Биохимические основы мышечной деятельности  | 5 | 5 | 5 |           |           |           |          |                |
| 1  | Биохимия мышц и мышечного сокращения  |   |   |   | 1         | 2         | 2         |          |                |
| 2  | Энергетическое обеспечение мышечной деятельности  |   |   |   | 1         | 2         | 4         |          |                |
| 3  | Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления        |   |   |   |           | 2         | 2         |          |                |
| 4  | Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы                                 |   |   |   |           | 2         | 2         |          |                |
| 5  | Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематической тренировки                          |   |   |   |           | 2         | 2         |          |                |
| 6  | Биохимические основы силы, быстроты и выносливости  |   |   |   |           | 2         | 3         |          |                |
| 7  | Биохимическое обоснование особенностей занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста |   |   |   |           | 1         | 2         |          |                |
| 8  | Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях физической культурой и спортом              |   |   |   |           | 1         | 2         |          |                |
|    |   |   |   |   |           |           |           |          |                |
|    |   |   |   |   |           |           |           |          |                |
|    | <b>Итого часов:</b>   |   |   |   | <b>12</b> | <b>36</b> | <b>51</b> | <b>9</b> | <b>экзамен</b> |



## **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.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену по всему курсу**

1. Химический состав организма человека. Химические элементы, соединения, ионы, входящие в состав организма человека, их процентное содержание. Понятие о макро-, микро- и ультрамикрорезультатах организма человека.

2. Обмен веществ между организмом и внешней средой как основное условие жизни, источник энергии для всех физиологических функций. Ассимиляция и диссимиляция. Пластический и функциональный обмен. Обмен веществ с внешней средой и промежуточный обмен.

3. Адаптационные изменения обмена веществ как основа приспособляемости живых организмов. Изменения обмена веществ с возрастом, характером питания, функциональной активностью организма. Связь обменных процессов с клеточными структурами.

4. Источники энергии живых организмов. Биологическое окисление как основной путь преобразований энергии в живых организмах. Аэробное и анаэробное биологическое окисление.

5. Аэробное окисление. Дыхательная цепь и перенос электронов. Ферменты аэробного окисления. Кислород как акцептор водорода.

6. Аденозинтрифосфорная кислота (АТФ). Особенности ее химического строения. Содержание и роль АТФ в организме человека.

7. Окисление, сопряженное с фосфорилированием. Энергетический эффект аэробного окисления. Свободное окисление. Зависимость степени сопряжения окисления с фосфорилированием от функционального состояния организма. Локализация систем аэробного окисления в клетке.

8. Условия протекания реакций обмена веществ в живых организмах. Роль ферментов в обмене веществ. Особенности химического строения и свойства ферментов. Механизм действия ферментов.

9. Витамины, их классификация. Общие представления о химическом строении витаминов. Механизмы воздействия витаминов на обменные процессы. Роль витаминов в образовании ферментов. Понятия о гиповитаминозе, авитаминозе, гипервитаминозе. Влияние занятий

различными видами спорта на потребность организма человека в витаминах.

10. Гормоны, общие представления об их химическом строении. Роль гормонов в регуляции обмена веществ в организме. Влияние гормонов на клеточную систему саморегуляции.

11. Углеводы, содержащиеся в продуктах питания. Особенности их химического строения, основные свойства и биологическая роль.

12. Химические превращения углеводов в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения углеводов, пути их использования в организме. Депонирование углеводов.

13. Анаэробный распад гликогена и глюкозы (гликолиз). Последовательность химических реакций гликолиза. Ресинтез АТФ в ходе гликолиза.

14. Аэробная стадия углеводного обмена. Окислительное декарбонирование пировиноградной кислоты, образование ацетилкофермента А. Превращения ацетилкофермента А в цикле трикарбоновых кислот. Связь цикла трикарбоновых кислот с системой переноса водорода на кислород и ресинтеза АТФ. Энергетический эффект аэробного окисления углеводов.

15. Липиды, их классификация. Химический состав, строение, свойства предельных и непредельных жиров. Биологическая роль жиров.

16. Жироподобные вещества, их классификация. Важнейшие представители жироподобных веществ, особенности их химического строения, основные свойства, биологическая роль.

17. Холестерин, особенности его химического строения, свойства. Важнейшие производные холестерина. Биологическая роль холестерина.

18. Химические превращения липидов в процессах пищеварения. Роль желчных кислот в процессах пищеварения липидов и всасывания продуктов пищеварения. Дальнейшие превращения продуктов пищеварения липидов в организме.

19. Использование жиров в процессах энергетического обмена. Мобилизация жиров. Внутриклеточные превращения глицерина. Энергетический эффект окисления глицерина.

20. Распад жирных кислот в процессе  $\beta$ -окисления. Образование ацетил-кофермента А в этом процессе, его превращения в цикле трикарбоновых кислот. Энергетический эффект полного окисления жирных кислот.

21. Образование кетоновых тел из ацетил-кофермента А. Использование кетоновых тел в энергетическом обмене.

22. Белки, определение понятия. Содержание и роль белков в организме человека.

23. Химический состав белков. Понятие о первичной, вторичной, третичной и четвертичной структуре белковых молекул. Свойства белков.

24. Классификация белков. Особенности химического состава, строения, свойств и биологическая роль белков разных классов.

25. Нуклеотиды, их состав. Классификация нуклеотидов.
26. Нуклеиновые кислоты. Особенности химического состава, строения свойств и биологическая роль дезоксирибонуклеиновой (ДНК) и рибонуклеиновой (РНК) кислот.
27. Химические превращения белков в процессе пищеварения. Ферменты, участвующие в этом процессе, условия их действия. Конечные продукты пищеварения белков, пути их использования в организме.
28. Синтез специфических белков в организме, его основные этапы. Роль нуклеиновых кислот в синтезе белка. Регуляция синтеза белка.
29. Внутриклеточные превращения аминокислот. Связь превращений аминокислот с циклом трикарбоновых кислот.
30. Образование и устранение аммиака в организме. Временное и постоянное связывание аммиака. Орнитиновый цикл синтеза мочевины как главный путь устранения аммиака.
31. Взаимосвязь превращений углеводов, белков, липидов: наличие общих промежуточных продуктов и путей превращений, взаимопревращения различных классов соединений. Центральная роль ацетил-кофермента А в обмене углеводов, липидов, белков.
32. Биохимическое обоснование потребности организма человека в углеводах, липидах, белках. Обоснование представления о полноценности липидного и белкового питания.
33. Содержание, распределение между отдельными тканями и роль воды в организме. Важнейшие водно-дисперсные системы организма. Обмен воды. Факторы, влияющие на обмен воды.
34. Минеральные соединения организма человека, их содержание, распределение между отдельными тканями и биологическая роль. Обмен минеральных соединений и факторы на него влияющие.
35. Химический состав мышечной ткани. Содержание и роль важнейших белков, липидов, энергетических субстратов, воды и минеральных веществ в мышечной ткани.
36. Строение мышечного волокна. Молекулярное строение миофибрилл. Роль химических составных частей миофибрилл в обеспечении сократительной функции мышц.
37. Последовательность химических реакций мышечного сокращения. Содержание АТФ в мышечном волокне и ее роль в мышечном сокращении.
38. Пути ресинтеза АТФ при мышечной работе. Понятие о мощности, емкости и эффективности процессов ресинтеза АТФ.
39. Креатинфосфат, особенности его химического строения. Ресинтез АТФ в креатинфосфатной реакции. Кинетические характеристики креатинфосфатной реакции, ее роль в энергетическом обеспечении мышечной работы.
40. Гликолиз как путь ресинтеза АТФ при мышечной работе. Характеристика мощности, емкости и энергетической эффективности гликолиза. Роль гликолиза в энергетическом обеспечении мышечной работы.

41. Молочная кислота. Особенности ее химического строения. Влияние молочной кислоты на обменные процессы при работе. Пути устранения молочной кислоты при работе и в период восстановления.
42. Аэробный путь ресинтеза АТФ при работе. Мощность, емкость, энергетическая эффективность аэробного ресинтеза АТФ. Субстраты аэробного окисления. Потребность в кислороде и условия обеспечения им тканей при работе.
43. Понятие о «срочных», «отставленных» и «кумулятивных» биохимических изменениях. Их взаимосвязь.
44. Зависимость «срочных» биохимических изменений от количества участвующих в работе мышц, режима деятельности мышц, мощности и продолжительности упражнения и других особенностей выполняемой работы.
45. Характер и направленность биохимических превращений в организме в период восстановления. Гетерохронность восстановления различных веществ, затраченных при работе.
46. Понятие о кислородном «долге». Биохимические механизмы образования и устранения кислородного «долга».
47. Суперкомпенсация, причины ее возникновения. Суперкомпенсация как основа биохимической адаптации организма под влиянием систематической тренировки.
48. Биохимическое обоснование средств и методов ускорения восстановительных процессов.
49. Утомление. Биохимические изменения в организме, вызывающие утомление. Роль центральных и периферических факторов в возникновении утомления.
50. Выносливость. Понятие об алактатном, гликолитическом и аэробном компонентах выносливости. Биохимические факторы, определяющие проявление различных компонентов выносливости.
51. Биохимическое обоснование средств и методов тренировки, направленных на совершенствование различных компонентов выносливости.
52. Биохимические и структурные факторы, определяющие проявление мышечной силы и скоростных качеств. Особенности биохимических изменений в мышцах под влиянием тренировки, направленной преимущественно на развитие мышечной массы и мышечной силы.
53. Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематической мышечной тренировки.
54. Особенности протекания обменных процессов в растущем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с детьми и подростками.
55. Особенности обменных процессов в стареющем организме. Биохимическое обоснование средств и методов, применяемых при занятиях физическими упражнениями с лицами зрелого и пожилого возраста.
56. Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях физической культурой и спортом. Биохимическое обоснование

использования факторов питания для повышения спортивной работоспособности, ускорения процессов восстановления, адаптации к систематическим мышечным нагрузкам, для коррекции неблагоприятных изменений в организме.

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

### а) Основная литература:

1. Черемисинов В.Н. Биохимия. Учебное пособие.- М.: ТВТ Дивизион, 2018.-С.368
2. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. - Киев: Олимпийская литература, 2013.

### б)Дополнительная литература:

1. Филиппович Ю.Б. Основы биохимии. - М.: Высшая школа. 1993.
2. Капнер Р.Б., Колчинский А.М. Биохимия. – М.: Мир, 2005
3. Строев Е.А. Биологическая химия. – М.: Высшая школа, 2004
4. Михайлов С.С. Спортивная биохимия. – М.: Советский спорт, 2006
5. Плеханов С.А. Биохимия в спорте. Учебное пособие. – М.: Луч, 1998
6. Биохимия. Учебник для институтов физической культуры./ Под редакцией Н.И. Волкова и В.В. Меньшикова/ - М.: ФиС, 1986.

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

#### ***Отечественные базы данных:***

- 1.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
2. Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
3. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
4. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
5. <http://минобрнауки.пф/> – 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.

#### ***Зарубежные базы данных:***

1. «Health Research Premium Collection» компании ProQuest  
[www.proquest.com](http://www.proquest.com)

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. 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:

- 1.Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- 2.Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>
- 3.<http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
- 4.<http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
- 5.<http://www.rosmintrud.ru/> – сайт Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации.
- 6.<http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

- 1.Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
- 2.Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
- 3.Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине \_ «Б1.О.12 Биохимия человека» \_\_\_\_\_  
 для обучающихся института спорта и физического воспитания  
 \_\_3\_\_ курса,

направления подготовки 49.03.01 Физическая культура

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биохимии и биоэнергетики спорта им. Н.И.Волкова.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

*Если номера семестров не совпадают при реализации дисциплины (модуля) на очной или заочной формах обучения, то указываются номера семестров отдельно для каждой формы обучения.*

### 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 | Контрольная работа по разделу(модулю): :«Общие закономерности обмена веществ», «Ферменты», «Витамины», «Биоэнергетика», в зависимости от выбора преподавателя. | 1-3 неделя   | 5                          |
| 2 | Тестирование по разделу «Обмен углеводов»  | 4 неделя   | 5                          |
| 3 | Выступление на семинаре«Обмен липидов»   | 5 неделя   | 5                          |
| 4 | Тестирование по разделу «Обмен белков и нуклеиновых кислот»  | 8 неделя   | 5                          |
| 5 | Тестирование по разделу «Биохимия мышц и мышечного   | 10 неделя  | 5                          |

|    |  |                           |                   |
|----|--|---------------------------|-------------------|
|    | <i>сокращения»</i>   |                           |                   |
| 6  | <i>Выступление на семинаре «Энергетика мышечной деятельности»</i>  | <i>14 неделя</i>          | <i>5</i>          |
| 7  | <i>Написание реферата по теме ««Биохимические изменения в организме при выполнении работы разной мощности и продолжительности»</i> | <i>16 неделя</i>          | <i>15</i>         |
| 8  | <i>Презентация по теме «Название» по выбору</i>  | <i>В течение семестра</i> | <i>10</i>         |
| 9  | <i>Выступление на семинаре «Название» по выбору</i>  | <i>В течение семестра</i> | <i>5</i>          |
|    | <i>Написание реферата по теме «Название» по выбору</i>   | <i>В течение семестра</i> | <i>10</i>         |
| 10 | <i>Посещение занятий</i>   | <i>В течение семестра</i> | <i>10</i>         |
|    | <b>/экзамен</b>  |                           | <b>20</b>         |
|    | <b>ИТОГО</b>   |                           | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>   | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|--|-----------------------------------|
| <i>1</i> | <i>Контрольная работа по разделу(модулю), пропущенному студентом</i>   | <i>5</i>                          |
| <i>3</i> | <i>Выступление на семинаре по теме пропущенного занятия</i>  | <i>5</i>                          |
| <i>4</i> | <i>Подготовка доклада «Углеводы. Обмен углеводов», пропущенному студентом</i>  | <i>5</i>                          |
| <i>5</i> | <i>Дополнительное тестирование по теме «Липиды. Использование жиров в качестве источника энергии»</i>  | <i>5</i>                          |
| <i>6</i> | <i>Написание реферата по теме «Синтез белка. Биологическая роль белков»</i>  | <i>15</i>                         |
| <i>7</i> | <i>Написание реферата по теме «Биоэнергетика мышечной деятельности»</i>  | <i>5</i>                          |
| <i>8</i> | <i>Презентация по теме: «Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях избранным видом физкультурно-спортивной деятельности»</i> | <i>10</i>                         |

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

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

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

### **IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**



**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом,  
дифференцированным зачётом**

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

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом**

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

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

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

*Если дисциплина (модуль) изучается в течение всего учебного года без наличия в период промежуточной аттестации зачёта/дифференцированного зачета/экзамена в конце семестра, то в информационной справке может приводиться одна таблица на весь учебный год. Количество баллов за весь учебный год составляет 100 баллов. В течение учебного года проводится срез текущей успеваемости.*

*Если дисциплина (модуль) проходит в течение всего учебного года с промежуточной аттестацией в каждом семестре, то в информационной справке приводятся отдельно две таблицы с видами текущего контроля успеваемости (отдельно на каждый семестр). Количество баллов за каждый семестр составляет 100 баллов.*

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 биохимии и биоэнергетики спорта им.Н.И.Волкова

## АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

« Б1.).12 Биохимия человека \_\_ »  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Содержание Аннотации рабочей программы дисциплины (модуля) заполняется в соответствии с рабочей программы дисциплины (модуля).

**1.Общая трудоемкость дисциплины составляет [3] зачетных единиц.**

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины: 5.**

**3.Цель освоения дисциплины:**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Б1.0.12 Биохимия человека» является: вооружить будущих специалистов по физической культуре знаниями химических основ процессов жизнедеятельности, особенностей протекания биохимических процессов во время и после занятий физическими упражнениями и спортом. Изучение биохимии человека способствует формированию у студентов правильного понимания причин тех изменений в организме человека, которые наблюдаются в результате систематических занятий физическими упражнениями и спортом, позволяет использовать полученные знания при планировании занятий физическими упражнениями, направленными на повышение работоспособности и совершенствование двигательных качеств человека. Дисциплина «Биохимия человека» по направлению 49.03.01 «Физическая культура» реализуется на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-1   | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | 5  | 5                              | 5                              |

|              |   |          |          |          |
|--------------|---|----------|----------|----------|
|              |   |          |          |          |
| ОПК-1        | <p>Знает:</p> <p>ОПК-1.5. Знает возрастные особенности обмена веществ при организации занятий физической культурой и спортом;</p> <p>ОПК-1.7. Знает физиологические и биохимические механизмы регуляции деятельности основных органов и систем организма человека различных возрастных и гендерных групп в покое и при мышечной работе;</p> <p>ОПК-1.8. Знает физиологические и биохимические закономерности двигательной активности и процессов восстановления;</p> <p>ОПК-1.9. Знает анатомо-физиологические, биохимические и биомеханические основы развития физических качеств;</p> | 5        | 5        | 5        |
| ОПК-1        | <p>Умеет :</p> <p>ОПК-1.20. Умеет выявлять зависимость между процессами энергообразования при выполнении мышечной деятельности и уровнем физической работоспособности</p>   |          |          |          |
| <b>ОПК-9</b> | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |
| ОПК-9        | <p>Знает:</p> <p>ОПК-9.3. Знает влияние различных химических элементов и веществ на жизнедеятельность человека;</p> <p>ОПК-9.4. Знает закономерности протекания биохимических процессов в организме человека, особенности регуляции обменных процессов</p>  | 5        | 5        | 5        |
| ОПК-9        | <p>Умеет:</p> <p>ОПК-9.14. Умеет оценивать функциональное состояние организма занимающихся и определять протекание восстановительных процессов в организме занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p>ОПК-9.15. Умеет использовать методы измерения основных физиологических и биохимических параметров в покое и при различных состояниях организма человека</p>  | 5        | 5        | 5        |

Указывается перечень компетенций (цифр и наименование) или дублируется таблица из пункта 3 рабочей программы дисциплины (модуля).

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
|    | Раздел 1. Биохимия обмена веществ в организме человека                              | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |
| 1  | Химический состав организма человека. Общие закономерности обмена веществ и энергии |         |         |         | 1   | 1                         | 2                      |          |   |
| 2  | Биокатализ. Гормоны   |         |         |         | 1   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3  | Биоэнергетика   |         |         |         | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 4  | Углеводы  |         |         |         | 1   | 2                         | 4                      |          |   |
| 5  | Липиды  |         |         |         | 1   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6  | Белки   |         |         |         | 1   | 2                         | 4                      |          |   |
| 7  | Нуклеиновые кислоты   |         |         |         |   | 2                         | 2                      |          |   |
| 8  | Обмен воды и минеральных соединений   |         |         |         |   | 1                         | 2                      |          |   |
| 9  | Витамины  |         |         |         |   | 2                         | 4                      |          |   |
| 10 | Презентации и рефераты по биохимии белков, жиров и углеводов.                       |         |         |         |   | 2                         | 2                      |          |   |
| 11 | Обмен углеводов   |         |         |         | 1   |                           | 2                      |          |   |
| 12 | Обмен жиров   |         |         |         | 1   | 2                         | 2                      |          |   |
| 13 | Обмен белков и нуклеиновых кислот   |         |         |         | 1   | 2                         | 2                      |          |   |
|    | Раздел 2. Биохимические основы мышечной деятельности                                | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |
| 1  | Биохимия мышц и мышечного сокращения  |         |         |         | 1   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2  | Энергетическое обеспечение мышечной деятельности                                    |         |         |         | 1   | 2                         | 4                      |          |   |

|                     |   |  |  |  |  |           |           |           |          |                |
|---------------------|---|--|--|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| <b>3</b>            | Биохимические изменения в организме под влиянием мышечной работы. Биохимические основы утомления        |  |  |  |  | <b>2</b>  | <b>2</b>  |           |          |                |
| <b>4</b>            | Биохимические превращения в период восстановления после мышечной работы                                 |  |  |  |  | <b>2</b>  | <b>2</b>  |           |          |                |
| <b>5</b>            | Закономерности биохимической адаптации под влиянием систематической тренировки                          |  |  |  |  | <b>2</b>  | <b>2</b>  |           |          |                |
| <b>6</b>            | Биохимические основы силы, быстроты и выносливости  |  |  |  |  | <b>2</b>  | <b>3</b>  |           |          |                |
| <b>7</b>            | Биохимическое обоснование особенностей занятий физической культурой и спортом с лицами разного возраста |  |  |  |  | <b>1</b>  | <b>2</b>  |           |          |                |
| <b>8</b>            | Биохимическое обоснование особенностей питания при занятиях физической культурой и спортом              |  |  |  |  | <b>1</b>  | <b>2</b>  |           |          |                |
|                     |   |  |  |  |  |           |           |           |          |                |
|                     |   |  |  |  |  |           |           |           |          |                |
| <b>Итого часов:</b> |   |  |  |  |  | <b>12</b> | <b>36</b> | <b>51</b> | <b>9</b> | <b>экзамен</b> |

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 теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.О.13 Теория и методика физической культуры»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: 49.03.01 «Физическая культура»  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

(наименование)

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
на основании решения заседания кафедры  
теоретико-методических основ физической культуры и спорта  
Протокол № 2 от «13» сентября 2019 г.

**Составитель:**

Гасанова – Матвеева Земфира Арифовна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
ТМОФКиС ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»;

Матвеев Лев Павлович – д.п.н., профессор, заслуженный деятель науки РСФСР

Рецензент: \_\_\_\_\_



## **1.Цель освоения дисциплины (модуля)**

Целью освоения дисциплины «Теория и методика физической культуры» является: сформировать интегративные научные знания о сущности физической культуры, ее социальных функциях, формах и закономерностях функционирования в обществе и в образе жизни индивида, сформировать таким образом, общие научно-методические основы профессионального мировоззрения бакалавров, заложить необходимые знания для реализации в избранной сфере деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2.Место дисциплины (модуля) в структуре ООП (ОПОП) - Б1.О.13**

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» относится к обязательной части ОПОП и реализуется в III семестре очной формы обучения.

Предусматривается, что преподавание обобщающего предмета теории и методики физической культуры необходимо дополнять передачей соответствующих ему знаний в рамках бюджета учебного времени, выделенного на специальные дисциплины, в частности на специализации, предусматривающие подготовку методистов по физкультурной реабилитации и адаптивной физической культуре.

К числу теоретических дисциплин обязательно предшествующих освоению данного курса на очной обучения можно отнести:

Б1.О.05- физическая культура и спорт

Б1.О.07- анатомия человека;

Б1.О.26- Теория и методика обучения видам спорта

Дисциплина «Теория и методика физической культуры» предшествует освоению следующих теоретических и практических дисциплин на очной и заочной форме обучения:

Б1.В.02 Теория спорта;

Б2.О.01(У) Тренерская практика

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

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|------------------|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|                  | наименование   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| ОПК-1            | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</i>                     |  |                                |                                |
| ОПК-1.11.        | <i>Знает:</i><br>положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом занимающихся;  | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.13.        | <i>Знает:</i><br>целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;  | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.14.        | <i>Знает:</i><br>методические и технологические подходы, формы способы планирования;   | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.23.        | <i>Умеет:</i><br>планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры;  |  |                                |                                |
| ОПК-2            | <i>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i>   |  |                                |                                |
| ОПК-2.1.         | <i>Знает:</i><br>- значение терминов «спортивный отбор» и «спортивная ориентация»;<br>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности;<br>- критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.); | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-2.2.         | <i>Умеет:</i><br>- ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;   | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-2.4.         | <i>Знает:</i><br>критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.);   | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-2.6.         | <i>Умеет:</i>  | 3  | 3                              | 3                              |

|           |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|
| ОПК-2.14. | ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;<br><i>Имеет опыт:</i><br>применения известных подходов к спортивному отбору в процессе занятий физической культурой и спортом;  | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14    | <i>Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</i>   |   |   |   |
| ОПК-14.1. | <i>Знает:</i><br>- принципы и порядок разработки программной документации по тренировочному процессу в физической культуре и спорте;<br>- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;<br>- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;<br>- содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии; | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.2. | <i>Знает:</i><br>систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;  | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.3. | <i>Знает:</i><br>требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;   | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.5. | <i>Знает:</i><br>содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии;   | 3 | 3 | 3 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц, 144 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) |
|----|---|------------|------------|------------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток    | 2 поток    | 3 поток    | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
|    | <b>Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>6</b>  | <b>6</b>                  | <b>10</b>              |          |   |
| 1. | Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий                             |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2. | Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, ее компоненты (виды, разновидности) в обществе    |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 3. | Система физической культуры в обществе  |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 4. | Общие и специфические функции физической культуры   |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 5. | Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденция ее современного развития        |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
|    | <b>Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания</b>                                    | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>18</b>   | <b>24</b>                 | <b>36</b>              |          |   |
|    | <i>Раздел I. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>  |            |            |            |   |                           |                        |          |   |
| 1. | Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания                                     |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 2. | Средства и методы в физическом воспитании   |            |            |            | 2   | 4                         | 4                      |          |   |
| 3. | Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию   |            |            |            | 2   | 2                         | 4                      |          |   |

|     |   |            |            |            |          |          |           |  |  |
|-----|---|------------|------------|------------|----------|----------|-----------|--|--|
|     | <i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>                                      |            |            |            |          |          |           |  |  |
| 4.  | Основы обучения двигательным действиям  |            |            |            | 2        | 4        | 4         |  |  |
| 5.  | Воспитание двигательно-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей                    |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 6.  | Воспитание силовых и скоростных способностей  |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 7.  | Воспитание выносливости   |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 8.  | Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения  |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 9.  | Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания   |            |            |            |          | 2        | 2         |  |  |
|     | <i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i>                          |            |            |            |          |          |           |  |  |
| 10. | Формы построения занятий в физическом воспитании  |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 11  | Планирование и контроль в физическом воспитании   |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
|     | <b>Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>8</b> | <b>2</b> | <b>25</b> |  |  |
| 1.  | Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста                                       |            |            |            | 2        |          | 4         |  |  |
| 2.  | Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста  |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 3.  | Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи                                    |            |            |            | 2        |          | 4         |  |  |

|                     |   |  |  |           |           |           |          |                |
|---------------------|---|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| 4.                  | Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся          |  |  |           |           | 4         |          |                |
| 5.                  | Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста |  |  | 2         |           | 4         |          |                |
| 6.                  | Логика и методология теоретических исследований физической культуры   |  |  |           |           | 7         |          |                |
| <b>Итого часов:</b> |   |  |  | <b>32</b> | <b>32</b> | <b>71</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

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

5.1. Темы контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы, курсовых работ и рефератов по предмету теории и методики физической культуры.

5.2. Примерный перечень вопросов к экзаменам по всему курсу

### **К разделам: «Введение в предмет» и «Системная характеристика физической культуры»**

1. Каковы основные определительные признаки понятия "физическая культура"?

2. Какие три аспекта необходимо иметь в виду, раскрывая современное содержание понятия о физической культуре?

3. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "физическое воспитание"?

4. Назовите понятия, отображающие разновидности процесса физического воспитания. В чем состоит общность и отличительные черты таких понятий?

5. Какими понятиями характеризуются основные результаты благотворного воздействия физической культуры на состояние и развитие человека?

6. Каково соотношение понятий "физическая культура" и "спорт"? В чем состоит общность и отличие этих понятий?

7. Когда и на какой основе произошло становление общей теории физической культуры как относительно самостоятельной отрасли научного знания?

8. К какой из сфер научного знания относится теория физической культуры: естественнонаучной, обществоведческой, интегративно-прикладной?

9. Какие основные проблемные "блоки" охватывает общая теория физической культуры?

10. На какие научно-учебные дисциплины подразделяется теория физической культуры по уровню обобщений и с какими отраслями науки она наиболее тесно связана?

11. Почему физическую культуру относят к общественным явлениям, хотя она имеет биосоциальные основания?

12. Что подразумевается под социальными "функциями" и "формами" физической культуры?

13. Каковы специфические функции физической культуры в обществе? Раскройте их суть применительно к физической культуре в целом и ее отдельным видам и разновидностям.

14. Какие общекультурные функции свойственны физической культуре и какие функциональные связи объединяют ее с другими общественными явлениями?

15. Какие основные факторы и условия влияют на дифференциацию видов и разновидностей физической культуры в обществе?

16. Охарактеризуйте структурно-функциональные особенности следующих видов и разновидностей физической культуры:

- базовой и базово-продолжающей,

- специализированно-прикладной (прикладно-трудовой и военно-прикладной),

- спортивной,
- оздоровительно-рекреативной,
- оздоровительно-реабилитационной,
- повседневно-бытовой (в ее "домашних" малых формах).

17. Какой смысл вкладывают в понятие "система физической культуры", когда имеют в виду крупномасштабное социальное явление?

18. При каких условиях возникает развитая система физической культуры в обществе?

19. Охарактеризуйте типичные черты отечественной системы физической культуры, ее прогрессивные идейные, научно-прикладные, программно-нормативные и организационные истоки.

20. Как повлияли на состояние отечественной системы физической культуры коренные социально-экономические и другие преобразования в укладе жизни, произошедшие у нас в стране в конце XX века?

21. Какие задачи по развитию физической культуры и спорта в новой России выдвинуты в государственных установках социальной политики на ближайшую перспективу?

**К разделу: «Общие основы теории и методики физического воспитания»**

22. Какова роль физического воспитания в направленном воздействии на физическое развитие индивида, в его физическом (физкультурном) образовании, упрочении и сохранении здоровья? В чем состоят специфика физического воспитания и его общие черты, объединяющие с другими видами воспитания?

23. В чем состоит цель, преследуемая в процессе физического воспитания, и как конкретизируется она в основных задачах?

24. Какие разновидности физического воспитания представлены на различных стадиях онтогенеза (возрастного развития индивида) и какие из них становятся основными в тех или иных стадиях?



25. Охарактеризуйте общий комплекс средств воздействия на воспитываемых в процессе физического воспитания,

26. Чем отличаются физические упражнения от других явлений двигательной деятельности человека? Дайте адекватное определение понятия «физическое упражнение», охарактеризуйте формы и содержание физических упражнений, их ближайшие, следовые и кумулятивные эффекты, приведите примеры распространенных классификаций упражнений.

27. Что следует подразумевать под «нагрузкой» при выполнении физических упражнений? Назовите параметры объема и интенсивности физических нагрузок, учитываемые при их применении, укажите типы интервалов отдыха, вводимые в процессе воспроизведения упражнений.

28. В чем состоят особенности методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного методов? Приведите классификацию методов строго регламентированного упражнения, укажите разновидности игрового и соревновательного методов.

29. Какие принципы имеют кардинальное регламентирующее значение в физическом воспитании? Укажите три уровня таких принципов.

30. Охарактеризуйте специфические принципы построения физического воспитания и закономерности, лежащие в их основе.

31. Какие конкретные задачи решаются в процессе обучения двигательным действиям? Охарактеризуйте последовательность их решения по этапам обучения двигательному действию.

32. Раскройте особенности методики начального и углубленного разучивания двигательного действия, результирующей отработки его, в том числе методики управления формированием ориентировочной основы действия, становлением двигательного умения и навыка.

33. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания двигательных - координационных способностей и их компонентов.

34. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания собственно силовых, скоростно-силовых и скоростных способностей.

35. Охарактеризуйте специфическую направленность, средства и основы методики воспитания комплексной, общей аэробной и специальной (специфической) выносливости.

36. Какие задачи по воздействию на осанку, гибкость тела и компоненты телосложения решаются в процессе физического воспитания? Каковы средства и основы методики их реализации?

37. В чем суть взаимосвязей физического и нравственного воспитания, физического и эстетического воспитания, физического и интеллектуального воспитания?

38. В силу чего физическое воспитание играет незаурядную роль в воспитании волевых качеств индивида? Раскройте основы методики воспитания волевых качеств в процессе физического воспитания.

39. На какие группы подразделяются формы построения отдельных занятий в процессе физического воспитания? В чем состоят их общие и отличительные черты?

40. Охарактеризуйте общую структуру занятия физическими упражнениями урочного типа, последовательность и соотношение его различных частей.

41. Что такое общая и моторная «плотность» занятия физическими упражнениями? Как ее определить и регулировать?

42. Какие способы организации деятельности занимающихся оправданно применяются в урочных формах занятий физическими упражнениями?

43. В чем смысл «принципа» перманентного планирования и контроля процесса физического воспитания? Какие виды планирования и контроля используются при организации процесса физического воспитания?

44. Охарактеризуйте объекты и операции перспективного, этапного и оперативно-текущего планирования процесса физического воспитания.

45. Охарактеризуйте объекты и способы выполнения операций оперативно-текущего и этапного контроля процесса и результатов физического воспитания.

***К разделу "Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры "***

46. Какое значение имеют так называемые "чувствительные" ("сенситивные") периоды возрастного физического развития для рационального построения физического воспитания подрастающего поколения?

47. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей дошкольного возраста?

48. Почему урочная форма занятий физическими упражнениями считается особенно важной в школьной физической культуре?

49. Какие основные особенности свойственны курсу физического воспитания учащихся младшего школьного возраста?

50. В чем состоят основные особенности физического воспитания детей подросткового возраста?

51. Какие основные особенности характеризуют физкультурную деятельность учащихся старшего школьного возраста?

52. В чем состоят основные обязанности учителя физической культуры по оптимизации состояния здоровья учащихся, отнесенных к специальной медицинской группе?

53. Каковы основные задачи специалиста физической культуры по рационализации семейного физического воспитания?

54. В чем заключаются основные особенности курса физического воспитания в средних специальных учебных заведениях?

55. Как построен курс физического воспитания в вузах? Каковы особенности его содержания?

56. В чем состоят особенности обязательного курса физического воспитания детей и молодежи, вовлеченных в спорт высших достижений?

57. Каковы современные представления о нормах физкультурно-оптимизированной двигательной активности в повседневном режиме жизни людей зрелого возраста?

58. В чем состоят основные особенности физкультурно-кондиционной тренировки людей зрелого возраста?

59. В каком направлении следует регламентировать спортивную деятельность спортсменов-ветеранов?

60. Каковы основные особенности содержания и методики производственной физической культуры?

61. В чем состоят основные методические правила использования физических упражнений в условиях повседневного домашнего быта ("зарядки" и других "малых форм" физической культуры)?

62. Как следует регламентировать общую динамику нагрузок по мере старения организма (возрастных инволюционных изменений его физического состояния).

**К подразделу: «Методологические предпосылки, логика и методы теоретических исследований физической культуры»**

63. Какие три уровня методологии познания существенны при исследовании физической культуры?

64. Дайте сжатую характеристику общенаучных интегративных подходов, используемых в исследовании по теории физической культуры?

65. Какие конкретно – методологические установки особенно важны для понимания причинно-следственных связей при исследовании процессов направленного функционирования физической культуры?

66. Охарактеризуйте источники получения фактических материалов, составляющих информационную основу в исследовании физической культуры.

67. По каким этапам разворачивается исследование, посвященное решению научной проблемы, избранной в сфере физической культуры.

68. В чем состоят особенности методов исследовательской деятельности при выявлении проблемной ситуации, постановке проблемы, формулировании рабочей гипотезы, сборе и обработке фактического материала, эмпирической проверке следствий гипотезы и результирующей разработке итоговых положений (на примере проблематики, относящейся к сфере физической культуры)?

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

а) Основная литература:

1. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания [Электронный ресурс] / В.М. Зациорский .— 4-е изд. — М. : Спорт, 2019 .— 200 с. : ил. — (Олимпийское образование) .— ISBN 978-5-907225-01-5 .— Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/704139>

б) Дополнительная литература:

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» 04.12.2007 № 329-ФЗ// Официальные документы в образовании. – 2008. №1-7. – С. 24-39; - № 8. – С.3-18.
2. Максименко А.М. Педагогическая практика студентов по физическому воспитанию в школе: учеб. пособие / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физкультура, 2007. - 123 с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: (общ. основы теории и методики физвоспитания: теорет.-метод. аспекты спорта и проф.-приклад. форм физкультуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры : доп. Гос. Ком. СССР по физ. культуре и спорту / Матвеев Л.П. - М.: ФиС, 1991. - 543 с.

4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. для высш. спец. физкультур. учеб. заведений: доп. Гос. ком. РФ по физкультуре и спорту. ч. 1: Введение в общ. теорию физкультуры / Матвеев Л.П. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: [Изд-во Рос. гос. акад. физ. культуры], 2002. - 177 с.
5. Теория и методика физического воспитания: Учеб. для ин-тов физ. культуры: В 2 т.: Доп. Ком. по физкультуре и спорту. Т. 2: Специализир. направления и особенности основных возрастных звеньев системы физ. воспитания / ред. Матвеев Л.П., Новиков А.Д. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: ФиС, 1976. - 256 с.
6. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. - М.: Академия, 2000. - 476 с. - Гл. 10–16.
7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 034300.62 и специальности 034300.62: рек. УМО по образованию в обл. физкультуры и спорта / Л.П. Матвеев. – [3-е изд., перераб. и доп.]. – М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2008. – 543 с.
8. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: Учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 034300.62 и специальности 034300.62: рек. УМО по образованию в обл. физкультуры и спорта / А.М. Максименко. - Изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Физкультура, 2009. - 492 с.

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

<https://ru.wikipedia.org/wiki/> Википедия – свободная энциклопедия  
<https://www.minsport.gov.ru/> Министерство спорта Российской Федерации  
<https://gto.ru/> Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»

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

*–программное обеспечение дисциплины (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:*

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.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 Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки

#### **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

*по дисциплине (модулю) «Теория и методика физической культуры» для*

**обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса, 1, 2, 3 потока, направления подготовки «Физическая культура», профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очная форма обучения**

## I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Теоретико-методических основ физической культуры и спорта.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 3 семестр (очная форма)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

| п/п | Виды текущего контроля  | Сроки проведения | Максимальное количество баллов |
|-----|---|------------------|--------------------------------|
| 1   | Выступление на групповых занятиях по заданию преподавателя с сообщением на конкретную тему. | 4-18 неделя      | 4                              |
| 2   | Выступление на семинарских занятиях   | 2-18 неделя      | 21                             |
| 3   | Рубежный контроль №1*   | 8 неделя         | 8                              |
|     | Рубежный контроль №2*   | 16 неделя        | 8                              |
|     | Рубежный контроль №3*   | 18 неделя        | 5                              |
| 4   | Практикум №1 (рабочий план на четверть)   | 17 неделя        | 5                              |
|     | Практикум №2 (план-конспект урока ф.к.)   | 17 неделя        | 3                              |
| 5   | Посещение занятий   | 2-18 неделя      | 16                             |



|   |                |               |     |
|---|----------------|---------------|-----|
| 6 | Сдача экзамена | По расписанию | 30  |
|   | Итого          |               | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости   | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | <i>Контрольная работа по разделу(модулю) «Основные и смежные понятия в ТуМФК»</i>   | 5                          |
| 2 | <i>Выступление на семинаре «Методика воспитания физических качеств в избранном виде спорта»</i>   | 10                         |
| 3 | <i>Дополнительное тестирование по теме «Общие основы теории и методики физического воспитания»</i>                                      | 5                          |
| 4 | <i>Написание реферата по теме «Возрастные и некоторые избирательно - профилированные аспекты теории и методики физической культуры»</i> | 15                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### 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<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| 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 теоретико-методических основ физической культуры и спорта**

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

**«Б1.О.13 Теория и методика физической культуры»**

Направление подготовки/специальность:

**49.03.01 Физическая культура**

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины (модуля)** составляет 144 часа, 4 зачетные единицы.

2. **Семестры освоения дисциплины:** 3 семестр – очная форма обучения

**Целью освоения дисциплины:** сформировать интегративные научные знания о сущности физической культуры, ее социальных функциях, формах и закономерностях функционирования в обществе и в образе жизни индивида, сформировать таким образом, общие научно-методические основы профессионального мировоззрения бакалавров, заложить необходимые знания для реализации в избранной сфере деятельности.

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

5. **Краткое содержание дисциплины:**

| Шифр компетенции | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|------------------|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|                  | наименование   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| ОПК-1            | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</i> |  |                                |                                |
| ОПК-1.11.        | <i>Знает:</i><br>положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом занимающихся;  | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.13.        | <i>Знает:</i><br>целевые результаты и параметры применяемых нагрузок;  | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.14.        | <i>Знает:</i><br>методические и технологические подходы, формы способы планирования;   | 3  | 3                              | 3                              |
| ОПК-1.23.        | <i>Умеет:</i><br>планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры;  |  |                                |                                |
| ОПК-2            | <i>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий</i>   |  |                                |                                |
| ОПК-2.1.         | <i>Знает:</i><br>- значение терминов «спортивный отбор» и «спортивная ориентация»;<br>- критерии и подходы в диагностике индивидуальной спортивной предрасположенности;<br>- критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические,     | 3  | 3                              | 3                              |

|           |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|
| ОПК-2.2.  | биомеханические и др.);<br><i>Умеет:</i><br>- ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;   | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-2.4.  | <i>Знает:</i><br>критерии спортивного отбора (анатомо-физиологические, биомеханические и др.);  | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-2.6.  | <i>Умеет:</i><br>ориентироваться в общих положениях и требованиях нормативных документов по вопросам отбора и спортивной ориентации;  | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-2.14. | <i>Имеет опыт:</i><br>применения известных подходов к спортивному отбору в процессе занятий физической культурой и спортом;   | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14    | <i>Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса</i>   |   |   |   |
| ОПК-14.1. | <i>Знает:</i><br>- принципы и порядок разработки программной документации по тренировочному процессу в физической культуре и спорте;<br>- систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;<br>- требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;<br>- содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии; | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.2. | <i>Знает:</i><br>систему организации процесса спортивной подготовки в организации, осуществляющей деятельность в области физической культуры и спорта;  | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.3. | <i>Знает:</i><br>требования профессиональных стандартов и иных квалификационных характеристик по соответствующему виду профессиональной деятельности;   | 3 | 3 | 3 |
| ОПК-14.5. | <i>Знает:</i><br>содержание методического обеспечения тренировочного процесса, включая современные методы и инновационные технологии;   | 3 | 3 | 3 |

## Очная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины (модуля)  | Семестр    |            |            | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|------------|------------|------------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток    | 2 поток    | 3 поток    | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
|    | <b>Часть I. Введение в общую теорию физической культуры. Системная характеристика физической культуры</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>6</b>  | <b>6</b>                  | <b>10</b>              |          |   |
| 1. | Предмет теории и методики физической культуры и отправные определения понятий                             |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2. | Цели и задачи, достигаемые в сфере физической культуры, ее компоненты (виды, разновидности) в обществе    |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 3. | Система физической культуры в обществе  |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 4. | Общие и специфические функции физической культуры   |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 5. | Виды, разновидности и структура физической культуры в обществе. Тенденция ее современного развития        |            |            |            | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
|    | <b>Часть II. Общие основы теории и методики физического воспитания</b>                                    | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>18</b>   | <b>24</b>                 | <b>36</b>              |          |   |
|    | <i>Раздел I. Общая характеристика физического воспитания: направленность, средства, методы, принципы</i>  |            |            |            |   |                           |                        |          |   |
| 1. | Целенаправленность и основные стороны процесса физического воспитания                                     |            |            |            |   |                           | 2                      |          |   |
| 2. | Средства и методы в физическом воспитании   |            |            |            | 2   | 4                         | 4                      |          |   |
| 3. | Принципы, регламентирующие деятельность по физическому воспитанию   |            |            |            | 2   | 2                         | 4                      |          |   |

|     |   |            |            |            |          |          |           |  |  |
|-----|---|------------|------------|------------|----------|----------|-----------|--|--|
|     | <i>Раздел 2. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания</i>                                      |            |            |            |          |          |           |  |  |
| 4.  | Основы обучения двигательным действиям  |            |            |            | 2        | 4        | 4         |  |  |
| 5.  | Воспитание двигательно-координационных и некоторых непосредственно связанных с ними способностей                    |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 6.  | Воспитание силовых и скоростных способностей  |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 7.  | Воспитание выносливости   |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 8.  | Направленное воздействие в процессе физического воспитания на осанку, гибкость и некоторые компоненты телосложения  |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
| 9.  | Взаимосвязь различных сторон воспитания в процессе физического воспитания   |            |            |            |          | 2        | 2         |  |  |
|     | <i>Раздел 3. Формы построения занятий, планирование и контроль в физическом воспитании</i>                          |            |            |            |          |          |           |  |  |
| 10. | Формы построения занятий в физическом воспитании  |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 11  | Планирование и контроль в физическом воспитании   |            |            |            | 2        | 2        | 4         |  |  |
|     | <b>Часть III. Возрастные и некоторые избирательно профилированные аспекты теории и методики физической культуры</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>III</b> | <b>8</b> | <b>2</b> | <b>25</b> |  |  |
| 1.  | Физическая культура в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста                                       |            |            |            | 2        |          | 4         |  |  |
| 2.  | Физическая культура в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста  |            |            |            | 2        | 2        | 2         |  |  |
| 3.  | Физическая культура в системе высшего образования и в быту студенческой молодежи                                    |            |            |            | 2        |          | 4         |  |  |

|                     |   |  |  |           |           |           |          |                |
|---------------------|---|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| <b>4.</b>           | Физическая культура в системе рациональной организации труда и в быту основных контингентов трудящихся          |  |  |           |           | <b>4</b>  |          |                |
| <b>5.</b>           | Особенности направленного использования факторов физической культуры в жизни людей пожилого и старшего возраста |  |  | <b>2</b>  |           | <b>4</b>  |          |                |
| <b>6.</b>           | Логика и методология теоретических исследований физической культуры   |  |  |           |           | <b>7</b>  |          |                |
| <b>Итого часов:</b> |   |  |  | <b>32</b> | <b>32</b> | <b>71</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |



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



Институт Гуманитарный

Кафедра Педагогика

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б1.О.14 Педагогика физической культуры и спорта»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры Педагогики  
(наименование)  
Протокол № 2 от «12» сентября 2019 г.

Составитель: Маркина Татьяна Анатольевна – к.п.н, профессор кафедры  
Педагогики

Спицына Ирина Алексеевна - старший преподаватель  
кафедры Педагогики

## **1.Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины «Педагогика физической культуры и спорта» является:

формирование профессиональной компетентности студентов в реализации целей и задач воспитания и образования в условиях физической культуры и спорта

вооружение студентов теоретическими знаниями и практическими умениями управлять процессом формирования личности через спортивную деятельность, осуществляя гуманизацию учебно – воспитательного процесса

формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе

создание целостного представления о сути, специфике, закономерностях осуществления педагогической деятельности в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями образовательных стандартов

Дисциплина реализуется на русском языке

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

Дисциплина Б1.О.14 Педагогика физической культуры и спорта входит в в обязательную часть дисциплин ОПОП бакалавриата по направлению подготовки 49.03.01 "Физическая культура"», составленной в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Дисциплина Б1.О.14 Педагогика физической культуры и спорта логически и содержательно взаимосвязана с такими преподаваемыми студентам учебными дисциплинами, как: «Анатомия человека», «История физической культуры и спорта», «Психология», «Педагогика». «Физиология человек», «Тренерская практика».

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-5</b>  | <b>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>  | 5  | 5                              | 5                              |
| <i>ОПК-5.2.</i>   | Знает сущность воспитания и его место в тренировочном процессе   |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.3.</i>   | Знает принципы, методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте;   |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.4.</i>   | Знает формы воспитания и воспитательные мероприятия в тренировочном процессе;  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.5.</i>   | Знает виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте;  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.7.</i>   | Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту;  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.8.</i>   | Умеет проектировать и реализовывать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.9.</i>   | Умеет формировать навыки социально-осознанного поведения у занимающихся физической культурой и спортом;  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.10.</i>  | Умеет составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося и спортивного коллектива;   |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.12.</i>  | Имеет опыт планирования, подготовки материалов и проведения воспитательных   |  |                                |                                |

|                  |   |          |          |          |
|------------------|---|----------|----------|----------|
|                  | мероприятий в физической культуре и спорте;   |          |          |          |
| <i>ОПК-5.13.</i> | Имеет опыт составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом и спортивного коллектива  |          |          |          |
| <b>ОПК-6</b>     | <b>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |
| <i>ОПК-6.3.</i>  | Знает цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;   |          |          |          |
| <i>ОПК-6.5.</i>  | Знает закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;  |          |          |          |
| <i>ОПК-6.10.</i> | Умеет определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации;   |          |          |          |
| <i>ОПК-6.14.</i> | Умеет формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.   |          |          |          |
| <i>ОПК-6.17.</i> | Имеет опыт проведения с занимающимися мероприятий о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима. |          |          |          |
| <i>ОПК-10</i>    | <b>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |
| <i>ОПК-10.3.</i> | Знает приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в   |          |          |          |

|            |  |  |  |  |
|------------|--|--|--|--|
|            | группе   |  |  |  |
| ОПК-10.4.  | Знает условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса;   |  |  |  |
| ОПК-10.5.  | Знает современные педагогические технологии, принципы организации и управления процессом обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде |  |  |  |
| ОПК-10.7.  | Умеет проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса в спорте;  |  |  |  |
| ОПК-10.10. | Имеет опыт реализации передовых педагогических концепций организации занимающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности;             |  |  |  |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часа.**

#### очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |
| 2 | Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет                                  |         |         |         | 2   | 2                         | 2                      |          |   |

|    |  |   |   |   |   |   |   |  |  |
|----|--|---|---|---|---|---|---|--|--|
| 3  | <b>Тема 1.2</b><br>Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования  |   |   |   |   | 2 | 4 |  |  |
| 4  | <b>Раздел 2</b><br><b>Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта</b>                          | 5 | 5 | 5 |   |   |   |  |  |
| 5  | <b>Тема 2.1</b><br>Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности |   |   |   | 2 | 2 | 2 |  |  |
| 6  | <b>Тема 2.2.</b><br>Рефлексивная структура спортивного педагога  |   |   |   |   | 2 | 2 |  |  |
| 7  | <b>Тема 2.3</b><br>Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в системе физкультурно-спортивной деятельности             |   |   |   |   | 2 | 2 |  |  |
| 8  | <b>Раздел 3</b><br><b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>  | 5 | 5 | 5 |   |   |   |  |  |
| 9  | <b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека в разные возрастные периоды                       |   |   |   | 2 | 2 | 2 |  |  |
| 10 | <b>Тема 3.2</b><br>Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой   |   |   |   |   | 2 | 2 |  |  |
| 11 | <b>Тема 3.3</b><br>Специфика использования принципов, методов и средств воспитания для профилактики девиантного поведения                            |   |   |   |   | 2 | 2 |  |  |
| 12 | <b>Тема 3.4</b><br>Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-   |   |   |   |   | 2 | 2 |  |  |

|    |   |   |   |   |           |           |           |          |                |
|----|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|    | спортивной деятельности   |   |   |   |           |           |           |          |                |
| 13 | <b>Раздел 4<br/>Педагогические<br/>инновации в сфере<br/>физической культуры и<br/>спорта</b>                                   | 5 | 5 | 5 |           |           |           |          |                |
| 14 | <b>Тема 4.1</b><br>Сущность педагогических<br>инноваций в спорте, их<br>гуманистическая<br>направленность                       |   |   |   |           | 2         | 4         |          |                |
| 15 | <b>Тема 4.2</b><br>Активные методы<br>обучения в системе<br>физического воспитания и<br>спорта                                  |   |   |   | 2         |           | 2         |          |                |
| 16 | <b>Раздел 5 Проектирование<br/>и управление<br/>педагогическими<br/>системами в сфере<br/>физической культуры и<br/>спорта</b>  | 5 | 5 | 5 |           |           |           |          |                |
| 17 | <b>Тема 5.1</b> Принципы<br>организации и управления<br>процессом обучения и<br>воспитания в физкультурно-<br>спортивной среде. |   |   |   | 2         | 2         | 5         |          |                |
|    | <b>Всего: 72</b>  |   |   |   | <b>10</b> | <b>22</b> | <b>31</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

## **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.

### **Примерный перечень вопросов к экзамену:**

1. Объект и предмет научного изучения педагогики физической культуры и спорта.
2. Специфика целей и задач формирования личности в процессе занятий физической культурой и спортом.
3. Связь педагогики физической культуры и спорта с другими науками.
4. Концепции профессионально-педагогической компетентности и мастерства специалиста в области физической культуры и спорта.
5. Педагогический авторитет и его показатели.



6. Педагогическая культура специалиста: двигательная и речевая культура основные составляющие компоненты.
7. Индивидуальный стиль деятельности педагога.
8. Причины профессиональной некомпетентности специалиста в сфере физической культуры и спорта (на примере своей специализации).
9. Физкультурная направленность личности педагога и ее составляющие.
10. Педагогическая позиция специалиста в области физической культуры и спорта.
11. Творческая стратегия поведения и деятельности педагога.
12. Основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности.
13. Воспитательный потенциал учебно-тренировочного занятия.
14. Целеполагание как ведущий компонент педагогической деятельности в физической культуре и спорте.
15. Особенности формирования физической культуры личности.
16. Структурные компоненты воспитательного процесса.
17. Факторы, определяющие выбор методов и методических приемов.
18. Диагностика уровня воспитанности спортсменов и требования к планированию воспитательной работы с ними.
19. Физическая культура и спорт как средство педагогической коррекции отклоняющегося поведения детей и молодежи.
20. Особенности самовоспитания в спорте.
21. Педагогическое руководство самовоспитания в спорте.
22. Особенности самовоспитания в реабилитационных занятиях в инвалидном спорте.
23. Характеристика спортивного коллектива и его основные функции.
24. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом.
25. Проблема социальной и спортивной адаптации в группе.
26. Проблема лидерства в спорте.
27. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.
28. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
29. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
30. Реализация комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом.
31. Особенности гражданского и патриотического воспитания в спорте в современных условиях.
32. Основные направления педагогической работы с различными возрастными и социальными категориями населения.
33. Специфика педагогического взаимодействия с детьми, имеющими ограниченными возможностями.
34. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.

35. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
36. Характеристика педагогических технологий и инноваций в области физической культуры и спорта.
37. Личностно-ориентированные парадигмы в дидактике спорта.
38. Использование активных методов обучения в физкультурно-спортивной деятельности.
39. Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.

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

### а) Основная литература:

1. Педагогика физической культуры : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / С. Д. Неверкович, Т. В. Аронова, А. Р. Баймурзин; под. ред. С. Д. Неверковича. – 2-е изд. – М. : изд. центр «Академия», 2013. – 368 с.
2. Педагогика физической культуры и спорта : учебник для студ. высш. учеб. заведений / [С. Д. Неверкович, Т. В. Аронова, А. Р. Баймурзин и др.]; под ред. С. Д. Неверковича. — М. : Издательский центр «Академия», 2010. — 336 с.
3. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта : учебное пособие для академического бакалавриата / Г. А. Ямалетдинова ; под науч. ред. И. В. Еркомайшвили. – М. : Издательство Юрайт, 2019. – 244 с.

### б) Дополнительная литература:

1. Карпушин, Б. А. Педагогика физической культуры / Б. А. Карпушин. – М.: Советский спорт, 2013. – 300 с.
2. Костихина, Н. М. Педагогика физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: учеб. / Н. М. Костихина, О. Ю. Гаврикова. — Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 296 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65001.html>. — ЭБС «IPRbooks».
3. Манжелей, И. В. Педагогика физического воспитания : учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / И. В. Манжелей. — 2-е изд.,

перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 182 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-09508-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/430167> (дата обращения: 30.10.2019).

4. Горбунов Г.Д. Мартьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта. Учебное пособие для студ. высш.учеб.заведений.-М.: Академия,2000,

5.Исаев А.А. Олимпийская педагогика. Опыт моделирования психолого-педагогических технологий детско-юношеского спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1998.

6.Кузьменко Г.А.Психолого - педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет (текст) М.: Советский спорт, 2008.

7.Михеев А.И. Система воспитательной работы со спортсменами // Теория и практика физической культуры. – 1993. - №4.

8. Педагогика физической культуры: учебник /М.В.Прохорова, А.А. Сидоров, Б.Д.Синюхин, А.Г.Семенов.- М.: Из-во «Путь»: ТИД «Альянс»,2006.-288с.

9.Баймурзин А.Р. Теоретико-методологические основания стратегического управления университетом в сфере физической культуры спорта и туризма. Автореф.дисс.к.п.н. М.2005.ООО.»Принт-Центр» С.25.

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

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

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

3. <http://www.1september.ru> - Издательский дом «Первое сентября». 4. <http://www.p-lib.ru> - библиотека для студента

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:*

- 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](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

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 Педагогика физической культуры и спорта для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### І. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Педагогика.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 семестр

Форма промежуточной аттестации: Экзамен

### ІІ. 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|----|---|---|----------------------------|
| 1. | Контрольная работа №1 по теме: «Общесметодологические и интегративные функции педагогики физической культуры и спорта»  | 9-10  | 8                          |
| 2. | Выполнение практического задания №1: по теме: «Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности» | 11  | 8                          |
| 3. | Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»  | 12  | 8                          |
| 4. | Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»   | 13  | 7                          |
| 5. | Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов, методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта для профилактики»                      | 14  | 8                          |

|     |   |                           |                   |
|-----|---|---------------------------|-------------------|
|     | девиантного поведения.  |                           |                   |
| 6.  | Написание реферата по теме : «Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности» | 15                        | 8                 |
| 7.  | Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».                     | 16                        | 8                 |
| 8.  | Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».              | 17                        | 8                 |
| 9.  | Презентация по теме: «Принципы организации и управления процессом обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде.  | 18                        | 7                 |
| 10. | Посещение занятий   | <i>В течение семестра</i> | 10                |
| 11. | <b>Экзамен</b>  |                           | <b>20</b>         |
|     | <b>ИТОГО</b>  |                           | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости  | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа №2 по теме: «Рефлексивная структура спортивного педагога»   | 8                          |
| 3 | Выступление на семинаре с докладом по теме: «Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой»  | 7                          |
| 4 | Выполнение практического задания №2: «Специфика использования принципов и методов и средств воспитания в сфере физической культуры и спорта для профилактики девиантного поведения | 8                          |
| 5 | Написание реферата по теме :«Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности»   | 8                          |
| 6 | Презентация по теме: «Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность».  | 8                          |
| 7 | Проведение дидактической игры по теме: «Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта».   | 8                          |

### **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<br>Неудовлетворительно |   | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>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 Гуманитарный

Кафедра Педагогика

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.14 Педагогика физической культуры и спорта»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



**1. Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы.**

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины: 5**

**3.Цель освоения дисциплины**

формирование профессиональной компетентности студентов в реализации целей и задач воспитания и образования в условиях физической культуры и спорта

вооружение студентов теоретическими знаниями и практическими умениями управлять процессом формирования личности через спортивную деятельность, осуществляя гуманизацию учебно – воспитательного процесса

формирование умений по проектированию и управлению педагогически целесообразными взаимодействиями в физкультурно-спортивном коллективе

создание целостного представления о сути, специфике, закономерностях осуществления педагогической деятельности в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями образовательных стандартов

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-5</b>  | <b>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</b>   | <b>5</b>                                       | <b>5</b>                       | <b>5</b>                       |
| <i>ОПК-5.2.</i>   | Знает сущность воспитания и его место в тренировочном процессе  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.3.</i>   | Знает принципы, методы, приемы и средства воспитания в физической культуре и спорте;  |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.4.</i>   | Знает формы воспитания и воспитательные мероприятия в тренировочном процессе;   |  |                                |                                |
| <i>ОПК-5.5.</i>   | Знает виды девиаций, формы проявления девиантного поведения, факторы их вызывающие и средства их профилактики в физической культуре и спорте; |  |                                |                                |

|                  |  |          |          |          |
|------------------|--|----------|----------|----------|
| <i>ОПК-5.7.</i>  | Умеет решать воспитательные задачи на занятиях по физической культуре и спорту;  |          |          |          |
| <i>ОПК-5.8.</i>  | Умеет проектировать и реализовывать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную и духовно-нравственную сферу занимающихся в процессе занятий физической культурой и спортом; |          |          |          |
| <i>ОПК-5.9.</i>  | Умеет формировать навыки социально-осознанного поведения у занимающихся физической культурой и спортом;  |          |          |          |
| <i>ОПК-5.10.</i> | Умеет составлять психолого-педагогическую характеристику занимающегося и спортивного коллектива;   |          |          |          |
| <i>ОПК-5.12.</i> | Имеет опыт планирования, подготовки материалов и проведения воспитательных мероприятий в физической культуре и спорте;   |          |          |          |
| <i>ОПК-5.13.</i> | Имеет опыт составления психолого-педагогической характеристики занимающегося физической культурой и спортом и спортивного коллектива   |          |          |          |
| <b>ОПК-6</b>     | <b>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>   | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |
| <i>ОПК-6.3.</i>  | Знает цели, задачи, основные компоненты педагогического процесса в сфере физической культуры;  |          |          |          |
| <i>ОПК-6.5.</i>  | Знает закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;   |          |          |          |
| <i>ОПК-6.10.</i> | Умеет определять общие и конкретные цели и задачи в сфере физического воспитания, спортивной подготовки и двигательной рекреации;  |          |          |          |

|                   |   |          |          |          |
|-------------------|---|----------|----------|----------|
| <i>ОПК-6.14.</i>  | Умеет формировать у занимающихся установку на здоровый образ жизни и его пропаганду среди окружающих.   |          |          |          |
| <i>ОПК-6.17.</i>  | Имеет опыт проведения с занимающимися мероприятий о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима. |          |          |          |
| <i>ОПК-10</i>     | <b>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |
| <i>ОПК-10.3.</i>  | Знает приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе  |          |          |          |
| <i>ОПК-10.4.</i>  | Знает условия эффективной реализации целей и задач педагогического процесса;  |          |          |          |
| <i>ОПК-10.5.</i>  | Знает современные педагогические технологии, принципы организации и управления процессом обучения и воспитания в физкультурно-спортивной среде  |          |          |          |
| <i>ОПК-10.7.</i>  | Умеет проектировать педагогическую технологию учебно-воспитательного процесса в спорте;   |          |          |          |
| <i>ОПК-10.10.</i> | Имеет опыт реализации передовых педагогических концепций организации занимающихся в процессе физкультурно-спортивной деятельности;  |          |          |          |
|                   |   |          |          |          |

## **5.Краткое содержание дисциплины:**

### **Очная форма обучения**

| № | Раздел дисциплины  | семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Раздел 1 Общие и методологические и интегративные функции педагогики ФК  | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |
| 2 | Тема 1.1 Педагогика ФК как метапредмет   |         |         |         | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | Тема 1.2 Система сферы физической культуры как объект проектирования и предмет исследования  |         |         |         |   | 2                         | 4                      |          |   |
| 4 | Раздел 2 Специфика деятельности и требования к личности специалиста в области физической культуры и спорта                                 | 5       | 5       | 5       |   |                           |                        |          |   |
| 5 | Тема 2.1 Структура и содержание профессионально-педагогической компетентности как отражение специфики физкультурно-спортивной деятельности |         |         |         | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6 | Тема 2.2. Рефлективная структура спортивного педагога  |         |         |         |   | 2                         | 2                      |          |   |
| 7 | Тема 2.3 Педагогическое обоснование руководства процессом самосовершенствования в  |         |         |         |   | 2                         | 2                      |          |   |

|           |  |          |          |          |   |   |   |  |  |
|-----------|--|----------|----------|----------|---|---|---|--|--|
|           | системе физкультурно-спортивной деятельности   |          |          |          |   |   |   |  |  |
| <b>8</b>  | <b>Раздел 3</b><br><b>Воспитательный потенциал физической культуры и спорта</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |   |   |   |  |  |
| <b>9</b>  | <b>Тема 3.1</b> Физическая культура и спорт как специфическая среда формирования личности человека в разные возрастные периоды |          |          |          | 2 | 2 | 2 |  |  |
| <b>10</b> | <b>Тема 3.2</b><br>Цели и задачи воспитания на занятиях физической культурой   |          |          |          |   | 2 | 2 |  |  |
| <b>11</b> | <b>Тема 3.3</b><br>Специфика использования принципов, методов и средств воспитания для профилактики девиантного поведения      |          |          |          |   | 2 | 2 |  |  |
| <b>12</b> | <b>Тема 3.4</b><br>Коллектив как средство воспитания личности в процессе физкультурно-спортивной деятельности                  |          |          |          |   | 2 | 2 |  |  |
| <b>13</b> | <b>Раздел 4</b><br><b>Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта</b>  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |   |   |   |  |  |
| <b>14</b> | <b>Тема 4.1</b><br>Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность                               |          |          |          |   | 2 | 4 |  |  |
| <b>15</b> | <b>Тема 4.2</b><br>Активные методы обучения в системе физического воспитания и спорта  |          |          |          | 2 |   | 2 |  |  |
| <b>16</b> | <b>Раздел 5</b> Проектирование и управление педагогическими системами в сфере физической культуры и спорта                     | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>5</b> |   |   |   |  |  |
| <b>17</b> | <b>Тема 5.1</b> Принципы организации и управления процессом обучения и воспитания в физкультурно-                              |          |          |          | 2 | 2 | 5 |  |  |

|  |                   |  |  |  |           |           |           |          |                |
|--|-------------------|--|--|--|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|  | спортивной среде. |  |  |  |           |           |           |          |                |
|  | <b>Всего: 72</b>  |  |  |  | <b>10</b> | <b>22</b> | <b>31</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Гуманитарный институт

Кафедра Психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**«Б1.0.15 Психология физической культуры и спорта»**

Направления подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура**

---

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге,

Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
«Психология физической культуры и спорта»  
утверждена и рекомендована  
Экспертно-методическим советом Гуманитарного Института  
решением заседания кафедры психологии

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
«Психология физической культуры и спорта» обновлена  
на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
«Психология физической культуры и спорта» обновлена  
на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
«Психология физической культуры и спорта» обновлена  
на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)  
«Психология физической культуры и спорта» обновлена  
на основании решения заседания кафедры психологии  
Протокол № \_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Составители: Москвина Нина Викторовна кандидат психологических наук,  
доцент кафедры психологии

Рецензент:  
Левченкова Татьяна Викторовна доктор педагогических наук, доцент, зав.  
кафедрой педагогики



### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины (модуля) «**Психология физической культуры и спорта**» является изучение закономерностей проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной, соревновательной и других значимых видов деятельности с одной стороны и с другой, позволяет развивать систему представлений о понимании личности в области физической культуры и спорта, сущности ее успешной самореализации и особенностях приспособления к объективным и субъективным требованиям деятельности.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина (модуль) «**Психология физической культуры и спорта**» относится к Блоку 1 Обязательной части и реализуется в объеме основной образовательной программы (основной профессиональной образовательной программы) (далее – ООП (ОПОП), определяемой федеральным государственным образовательным стандартом.

Дисциплина (модуль) «**Психология физической культуры и спорта**» реализуемая после изучения дисциплины «Психология», «Педагогика», «Спортивная биомеханика», «Физиология человека», «Биохимия человека» и интегрируется межпредметными связями с дисциплинами «Педагогика физической культуры и спорта», «Статистическая обработка данных», «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний». Используется в качестве одной из основных дисциплин уже после изучения другими дисциплинами в процессе освоения обучающимися ООП (ОПОП), в частности, дисциплинам в «Теории и методике обучения избраным видам спорта».

Итоговая оценка уровня сформированности компетенций, освоенных при изучении дисциплины (модуля) «**Психология физической культуры и спорта**» 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)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                      |                      |
|---|--|--|----------------------|----------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения<br>(1 поток)              | Очная форма обучения | Очная форма обучения |
| ОПК-1   | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | б  | б                    | б                    |
| ОПК-1.10.   | Знает психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;  | б  | б                    | б                    |
| ОПК-1.21.   | Умеет учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и   | б  | б                    | б                    |

|                  |  |   |   |   |
|------------------|--|---|---|---|
|                  | спортом;   |   |   |   |
| <b>ОПК-1.22.</b> | Умеет поддерживать уровень спортивной мотивации;   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-6</b>     | <b>Способен формировать осознанное отношение занимающихся физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни</b>   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-6.5.</b>  | Знает закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-6.6.</b>  | Знает механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;  | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-6.13.</b> | Умеет оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9</b>     | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.8.</b>  | Знает принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом  | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.16.</b> | Умеет подбирать и применять методики диагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом  | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.23.</b> | Имеет опыт осуществления контроля с использованием методов определения и оценки психического состояния занимающихся  | 6 | 6 | 6 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины «Психология физической культуры и спорта» составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения 6 семестр

| № | 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 |   |
| I | Раздел I. Психология физической | 6       | 4   | 4                         | 6                      |          |   |

|                     |   |           |           |           |           |          |                |
|---------------------|---|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
|                     | культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки.  |           |           |           |           |          |                |
| 2                   | <i>Раздел2.</i> Психологические особенности развития и воспитания учащихся в процессе занятий физической культурой и спорта | 6         | 4         | 4         | 6         |          |                |
| 3                   | <i>Раздел3.</i> Психологические основы обучения и совершенствования в спорте.   | 6         | 4         | 4         | 6         |          |                |
| 4                   | <i>Раздел4.</i> Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности                                   | 6         | 2         | 2         | 6         |          |                |
| 5                   | <i>Раздел5.</i> Психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности   | 6         | 2         | 2         | 7         |          |                |
| <b>Итого часов:</b> |   | <b>72</b> | <b>16</b> | <b>16</b> | <b>31</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |

## 5. Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Психология физической культуры и спорта»

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

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Психология физической культуры и спорта».

При проведении промежуточной аттестации используется следующее оценочное средство - проведение собеседования по заданным вопросам.

### Примерный перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Психология физической культуры и спорта» для студентов очной формы обучения в 6 семестре

1. Предмет, задачи психологии спорта.
2. Методы спортивной психологии
3. Основные понятия и направления психологической подготовки в спорте
4. Виды психологической подготовки спортсменов и команд
5. Средства психологической подготовки
6. Психологические особенности спортивного соревнования. Соревнование как процесс
7. Эмоциональные факторы соревновательной деятельности
8. Эмоциональное возбуждение и тревожность
9. Предстартовые и послесоревновательные психические состояния
10. Психологические особенности технической подготовки
11. Особенности протекания психических процессов и функций
12. Формирование и совершенствование спортивных навыков.
13. Общие принципы, психологические условия развития двигательных качеств.
14. Психологические особенности тактической подготовки и развитие психики
15. Психологические основы обучения и тренировки тактики
16. Мотивы личности в спорте
17. Особенности личности спортсмена
18. Групповое взаимодействие в спортивной команде
19. Лидерство в спорте

20. Восстановление психической работоспособности
21. Психологический климат как фактор психогигиены
22. Регуляция психических состояний
23. Психологическая структура двигательных навыков в спорте
24. Психофармакологические средства в психогигиене
25. Основные факторы надежности в спорте
26. Понятие о психической надежности
27. Прогнозирование надежности выступлений на соревнованиях
28. Этапы и принципы психологического отбора
29. Проблема психологической характеристики вида спорта
30. Двигательные ощущения – основа саморегуляции моторных действий
31. Специализированные восприятия в спорте
32. Роль представлений в управлении движениями
33. Реакция в спорте
34. Психологическое напряжение и перенапряжение в тренировочном процессе
35. Экстремальные ситуации соревновательного характера как фактор
36. Взаимоотношения в системе «психолог-тренер»,
37. Моделирование спортивной деятельности и к соревнованиям
38. Деятельность спортивного психолога: стиль, способности
39. Функции и задачи деятельности спортивного психолога
40. Взаимоотношения в системах «психолог-спортсмен», «психолог-команда»
41. Психологические основы консультирования в спортивной деятельности
42. Задачи психокоррекции в спортивной деятельности
43. Деятельность педагога-тренера. Способности, необходимые педагогу-тренеру
44. Авторитет, умения и стиль деятельности педагога-тренера.
45. Психологические особенности личности тренера
46. Сущность психолого-педагогического сопровождения процесса подготовки спортсмена
47. Формирование личности спортсмена.
48. Методика изучения структурных компонентов личности спортсмена
49. Психологические основы общения в спорте и успешность спортивной деятельности
50. Психологические основы диагностики в спорте.

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

**А) основная литература:**

1. Психология физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Физ. культура и спорт" : рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. А.В. Родионова. - М.: Academia, 2010. - 366 с.: ил. [186131](#)

**Б) дополнительная литература**

1. Немов Р.С. Психология : учеб. для студентов вузов, обучающихся по непсихолог. специальностям : рек. М-вом образования РФ / Р.С. Немов. - М.: Юрайт, 2010.-639 с.: ил. [186744](#)
2. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Г.Д. Горбунов .— 4-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2012 .— 312 с. — ISBN 978-5-9718-0572-4 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/225198>
3. Ильина, Н.Л. Психология тренера [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Н.Л. Ильина .— СПб. : Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2016 .— 109 с. — ISBN 978-5-288-05683-3 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/693264>
4. Загайнов, Р. Психология современного спорта высших достижений [Электронный

- ресурс] / Р. Загайнов .— М. : Советский спорт, 2012 .— 292 с. — ISBN 978-5-9718-0576-2 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/187010>
5. Загайнов, Р. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Электронный ресурс] : [монография] / Р. Загайнов .— М. : Советский спорт, 2010 .— 117 с. — ISBN 978-5-9718-0483-3 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/187008>
  6. Психология в области спорта [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Е.Н. Каминская .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 80 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/588445>
  7. Психология физической культуры и спорта : учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальностям "Физ. культура и спорт" : рек. Умо по образованию в обл. физ. культуры и спорта / под ред. А.В. Родионова. - М.: Academia, 2010. - 366 с.: ил. [186131](#)
  8. Малкин, В. Спорт – это психология [Электронный ресурс] / Л. Роголева, В. Малкин .— М. : Спорт, 2015 .— 177 с. — ISBN 978-5-9906578-3-0 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641292>
  9. Дубровина И.В. Психология : учеб. для студентов образов. учреждений сред. проф. образования : доп. М-вом образования РФ / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан ; под ред. И.В. Дубровиной. - 8-е изд., стер. - М.: Academia, 2010. - 461 с.: ил. [186697](#)
  10. Индивидуальные возможности осуществления спортивной деятельности в экстремальных условиях / Градусов Владимир Алексеевич [и др.] // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. - 2010. - N 4. - С. 7-11. [190138](#)
  11. Практическая психология образования : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 031000 "Педагогика и психология" : доп. М-вом образования РФ / под ред. И.В. Дубровиной. - 4-е изд. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 588 с.: ил. [180719](#)
  12. Психологическая служба в современном образовании : рабочая кн. / под ред. И.В. Дубровиной. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 400 с. [75027](#)
  13. Москвин В.А. Индивидуальные различия в спортивной психологии : хрестоматия / Москвин В.А., Москвина Н.В., Шумова Н.С. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015. - 131 с.: табл. [246884](#)
  14. Сафонов, В.К. Психология спортсмена: слагаемые успеха [Электронный ресурс] : [монография] / В.К. Сафонов .— М. : Спорт, 2017 .— 288 с. — Библиогр.: с. 237-245 .— ISBN 978-5-906839-90-9 .— Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641264>
  15. Уляева Л.Г. Психология физической культуры ; Психология физического воспитания и спорта [Электронный ресурс] : рабочая тетр. по дисциплинам : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины для студентов, обучающихся по направлениям 49.03.01, 44.03.01 : утв. и рек. Эмс Гуманитар. ин-та ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Уляева Л.Г., Уляева Г.Г., Дашинимаева А.Ц. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. психологии. - М., 2015 [252754](#)

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

- <https://www.sportedu.ru/>
- <http://lib.sportedu.ru/history.html>
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

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:~~
  - Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
  - Электронная библиотечная система Центральной отраслевой библиотеки по физической культуре и спорту (Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма) <http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
  - Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

Добавлено примечание ([EM1]): Ссылки на современные профессиональные базы нужно продублировать в пп. в)

Добавлено примечание ([U2R1]): исправила

Добавлено примечание ([U3R1]):

#### 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet 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 занятий семинарского типа и самостоятельной работы обучающихся.

Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине «Психология физической культуры и спорта» для обучающихся Института спорта и физического воспитания, направления 49.03.04 Физическая культура Профиль*

1 ПОТОК

Спортивная подготовка в БАСКЕТБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ВОЛЕЙБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ГАНДБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ИНДИВИДУАЛЬНО-ИГРОВЫХ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в КОМПЬЮТЕРНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ТЕННИСЕ  
Спортивная подготовка в ФУТБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ХОККЕЕ

2 ПОТОК

Спортивная подготовка в БОКСЕ И КИКБОКСИНГЕ  
Спортивная подготовка в ВЕЛОСИПЕДНОМ, МОТОЦИКЛЕТОМ и АВТОМОБИЛЬНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ЕДИНОБОРСТВАХ  
Спортивная подготовка в СТРЕЛКОВЫХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в ФЕХТОВАНИИ, СОВРЕМЕННОМ ПЯТИБОРЬЕ И ВОСТОЧНЫХ БОЕВЫХ ИСКУССТВАХ

3 ПОТОК

Спортивная подготовка в ГИМНАСТИКЕ.  
Спортивная подготовка в ГРЕБНОМ И ПАРУСНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в КОНЬКОБЕЖНОМ СПОРТЕ, ФИГУРНОМ КАТАНИИ НА КОНЬАХ И КЁРЛИНГЕ  
Спортивная подготовка в ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ  
Спортивная подготовка в ЛЬЖНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в СПОРТИВНОМ И СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ, АКВААЭРОБИКЕ, ПРЬЖКАХ В ВОДУ И ВОДНОМ ПОЛО  
49.03.01 Физическая культура ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ФИТНЕС

---

*в избранном виде спорта 4 курс, очной формы обучения.*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: психологии

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр очная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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

| <b>№</b> | <b>Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости</b>  | <b>Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях)</b> | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|--|---|-----------------------------------|
| 1        | <i>Выступление на семинаре по теме: «Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки».</i> | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 2        | <i>Выступление на семинаре по теме: «Возникновение и современное состояние психологии физической культуры и спорта».</i>       | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 3        | <i>Выступление на семинаре по теме: «Взаимоотношения в системах «тренер - спортсмен», «спортсмен - спортсмен»</i>              | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 4        | <i>Выступление на семинаре по теме: «Конфликты в спортивной деятельности и их профилактика»</i>                                | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 5        | <i>Ответы на вопросы к собеседованию</i>   | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 2*5=10                            |
| 6        | <i>Написание реферата по одной из тем</i>  | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5* 3=15                           |
| 7        | <i>Контрольная работа по теме «Роль внимания в спортивной деятельности».</i>   | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 8        | <i>Тест проверки знаний по отдельным темам дисциплины</i>  | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 9        | <i>Подбор батареи методик для психологического портрета спортсмена</i>   | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 10       | <i>Презентация по теме: «Психологические основы отбора в спорте».</i>  | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
| 11       | <i>Посещение занятий</i>   | 24-25;28нед<br>37-40;42нед                                  | 5                                 |
|          | <b>Экзамен</b>   |   | 30                                |
|          | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>                 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>                                  | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|---|-----------------------------------|
| 1        | <i>Ответы на вопросы к собеседованию</i>                                    | 2*5=10                            |
| 2        | <i>Написание реферата по одной из тем</i>                                   | 5* 3=15                           |
| 3        | <i>Контрольная работа по теме «Роль внимания в спортивной деятельности»</i> | 5                                 |
| 4        | <i>Тест проверки знаний по отдельным темам дисциплины</i>                   | 5                                 |
| 5        | <i>Подбор батареи методик для психологического портрета спортсмена</i>      | 5                                 |



|  |   |
|--|---|
| Презентация по теме: «Психологические основы отбора в спорте». | 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.

### V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| 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      |

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



**Гуманитарный институт**

**Кафедра Психологии**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура**

**1 ПОТОК**

Спортивная подготовка в БАСКЕТБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ВОЛЕЙБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ГАНДБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ИНДИВИДУАЛЬНО-ИГРОВЫХ И  
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в КОМПЬЮТЕРНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ТЕННИСЕ  
Спортивная подготовка в ФУТБОЛЕ  
Спортивная подготовка в ХОККЕЕ

**2 ПОТОК**

Спортивная подготовка в БОКСЕ И КИКБОКСИНГЕ  
Спортивная подготовка в ВЕЛОСИПЕДНОМ, МОТОЦИКЛЕТОМ И  
АВТОМОБИЛЬНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ЕДИНОБОРСТВАХ  
Спортивная подготовка в СТРЕЛКОВЫХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в ТЯЖЕЛОАТЛЕТИЧЕСКИХ ВИДАХ СПОРТА  
Спортивная подготовка в ФЕХТОВАНИИ, СОВРЕМЕННОМ ПЯТИБОРЬЕ И  
ВОСТОЧНЫХ БОЕВЫХ ИСКУССТВАХ

**3 ПОТОК**

Спортивная подготовка в ГИМНАСТИКЕ.  
Спортивная подготовка в ГРЕБНОМ И ПАРУСНОМ СПОРТЕ

Спортивная подготовка в КОНЬКОБЕЖНОМ СПОРТЕ, ФИГУРНОМ  
КАТАНИИ НА КОНЬАХ И КЁРЛИНГЕ  
Спортивная подготовка в ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ  
Спортивная подготовка в ЛЫЖНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в ТАНЦЕВАЛЬНОМ СПОРТЕ  
Спортивная подготовка в СПОРТИВНОМ И СИНХРОННОМ ПЛАВАНИИ,  
АКВААЭРОБИКЕ, ПРЫЖКАХ В ВОДУ И ВОДНОМ ПОЛО  
49.03.01 Физическая культура ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И ФИТНЕС

---

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020

Москва – 2019 г.

1.Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных единицы.

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

3.Цель освоения дисциплины (модуля): изучение закономерностей проявления, развития и формирования психики человека в специфических условиях физического воспитания и спорта под влиянием учебной, учебно-тренировочной, соревновательной и других значимых видов деятельности с одной стороны и с другой, позволяет развивать систему представлений о понимании личности в области физической культуры и спорта, сущности ее успешной самореализации и особенностях приспособления к объективным и субъективным требованиям деятельности.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                      |                      |
|---|--|--|----------------------|----------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения | Очная форма обучения |
| ОПК-1   | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста | б  | б                    | б                    |
| ОПК-1.10.   | Знает психологическую характеристику физического воспитания, спорта и двигательной рекреации;  | б  | б                    | б                    |
| ОПК-1.21.   | Умеет учитывать возрастные психологические особенности занимающихся физической культурой и спортом;  | б  | б                    | б                    |
| ОПК-1.22.   | Умеет поддерживать уровень спортивной мотивации;   | б  | б                    | б                    |
| ОПК-6   | Способен формировать осознанное отношение занимающихся физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни  | б  | б                    | б                    |
| ОПК-6.5.  | Знает закономерности физического и психического развития человека и особенности их проявления в разные возрастные периоды;   | б  | б                    | б                    |
| ОПК-6.6.  | Знает механизмы и приемы формирования, поддержания и коррекции мотивации;  | б  | б                    | б                    |
| ОПК-6.13.   | Умеет оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена   | б  | б                    | б                    |

|                  |  |   |   |   |
|------------------|--|---|---|---|
| <b>ОПК-9</b>     | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся</b> | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.8.</b>  | <b>Знает</b> принципы, условия и задачи психологического сопровождения занимающихся физической культурой и спортом   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.16.</b> | <b>Умеет</b> подбирать и применять методики диагностики психических процессов, состояний и свойств занимающихся физической культурой и спортом   | 6 | 6 | 6 |
| <b>ОПК-9.23.</b> | <b>Имеет опыт</b> осуществления контроля с использованием методов определения и оценки психического состояния занимающихся   | 6 | 6 | 6 |

### 5. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины «Психология физической культуры и спорта» составляет 2 зачетных единицы, 72 академических часа.

Очная форма обучения 6 семестр

| №                   | 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 |   |
| <b>1</b>            | Раздел1. Психология физической культуры и спорта как отдельная отрасль психологической науки.                               | <b>6</b>  | 4   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>2</b>            | <i>Раздел2.</i> Психологические особенности развития и воспитания учащихся в процессе занятий физической культурой и спорта | <b>6</b>  | 4   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>3</b>            | <i>Раздел3.</i> Психологические основы обучения и совершенствования в спорте.   | <b>6</b>  | 4   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>4</b>            | <i>Раздел4.</i> Психологические особенности тренировочной и соревновательной деятельности                                   | <b>6</b>  | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| <b>5</b>            | <i>Раздел5.</i> Психологическое обеспечение и сопровождение спортивной деятельности   | <b>6</b>  | 2   | 2                         | 7                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |   | <b>72</b> | <b>16</b>   | <b>16</b>                 | <b>31</b>              | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>                                |



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 биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.16 «Научно-методическая деятельность»»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры биомеханики  
и естественнонаучных дисциплин  
(наименование)  
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Составитель:

Попов Григорий Иванович, доктор педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)



## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины (модуля) «Научно-методическая деятельность» является: формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

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

Дисциплина «Научно-методическая деятельность» относится к базовой части учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта». Дисциплина «Научно-методическая деятельность» является отдельной дисциплиной учебного плана ООП РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профилю «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне освоенности учебного материала после 2 лет обучения, что обусловило логическую и содержательно-методическую взаимосвязь данной дисциплины с системообразующими (сквозными) дисциплинами базовой части теоретических дисциплин. Освоение дисциплины «Научно-методическая деятельность» базируется на изучении учебных дисциплин математики, физики, анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии. Специфика дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности в части получения объективных данных об эффективности организации процесса подготовки его учеников, имея в перспективе надежное повышение спортивных достижений в избранном виде спорта.

## 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, 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 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1                | 2   | 3  |                                |                                |
| УК-1             | Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач. | 5  | 5                              | 6                              |

|               |   |   |   |   |
|---------------|---|---|---|---|
| УК-1.1        | Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.  | 5 | 5 | 6 |
| УК 1.2        | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.  | 5 | 5 | 6 |
| УК-1.3        | Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.                                | 5 | 5 | 6 |
| УК-1.4        | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.  | 5 | 5 | 6 |
| УК-1.5        | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.  | 5 | 5 | 6 |
| УК-1.6        | Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.  | 5 | 5 | 6 |
| <b>УК-2</b>   | <b>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.</b>              | 5 | 5 | 6 |
| УК-2.1        | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.   | 5 | 5 | 6 |
| УК-2.2        | Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | 5 | 5 | 6 |
| УК-2.3        | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений   | 5 | 5 | 6 |
| <b>ОПК-11</b> | <b>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</b>  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.2      | Знает актуальные проблемы и тенденции развития научного знания и образования в области физической культуры и спорта   | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.3      | Знает основы научно-методической деятельности   | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.4      | Знает основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.5      | Знает научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования и проектов  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.6      | Знает апробированные методики проведения научных исследований по определению  | 5 | 5 | 6 |

|           |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|
|           | эффективности различных сторон деятельности в области физической культуры и спорта  |   |   |   |
| ОПК-11.14 | Умеет формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации | 5 | 5 | 6 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Общие представления о науке. Виды научных исследований. Теоретические и эмпирические методы исследования          | 5       | 5       | 6       | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| 2 | Организация научного исследования   | 5       | 5       | 6       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | Организация педагогических исследований   | 5       | 5       | 6       |   | 2                         | 4                      |          |   |
| 4 | Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта   | 5       | 5       | 6       |   | 4                         | 10                     |          |   |
| 5 | Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений                   | 5       | 5       | 6       | 4   | 2                         | 8                      |          |   |
| 6 | Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды | 5       | 5       | 6       |   | 4                         | 4                      |          |   |
| 7 | Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте        | 5       | 5       | 6       |   | 4                         | 4                      |          |   |

|   |  |   |   |   |   |    |    |  |                        |
|---|--|---|---|---|---|----|----|--|------------------------|
| 8 | Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы. | 5 | 5 | 6 |   | 4  | 2  |  |                        |
|   | <b>Итого часов:</b>  |   |   |   | 8 | 24 | 40 |  | <b>Зачет с оценкой</b> |

**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.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета с оценкой.

***Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации***

1. Научный метод
2. Теоретические методы научных исследований: абстрагирование, анализ
3. Теоретические методы научных исследований: аналогия, индукция, дедукция
4. Теоретические методы научных исследований: конкретизация, обобщение, сравнение, синтез
5. Теоретические методы научных исследований: моделирование
6. Эмпирические методы научного исследования: беседа, наблюдение, об следование, опытная работа, эксперимент, рейтинг
7. Традиционно-педагогические методы: наблюдение, изучение опыта
8. Традиционно-педагогические методы: беседа, интервьюирование, анкетирование
9. Педагогический эксперимент
10. Условия проведения педагогического эксперимента
11. Математические методы педагогических исследований
12. Статистические методы в педагогических исследованиях
13. Педагогическое тестирование

13. Работа с литературными источниками
14. Методологические разделы научного исследования
15. Лабораторные и натурные измерения
16. Этические проблемы измерений с участием человека
17. Биомеханическая кинематография и видеоциклография
18. Оптоэлектронная циклография
19. Динамометрия
20. Электромиография
21. Гониометрия
22. Метод магнитного резонанса
23. Акселерометрия
24. Спидография
25. Измерение упруго-вязких свойств мышц
26. Компьютерная стабиллография
27. Тренажеры в научной и научно-методической работе в спорте
28. Обработка и анализ результатов научной работы
29. Виды научных публикаций

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

а) Основная литература:

1. Попов Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте: Учебник для студентов учреждений высшего образования/ Г.И.Попов. - М.: Издательский центр "Академия", 2015. – 192 с.
2. Попов Г.И. Биомеханика двигательной деятельности: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования/ Г.И.Попов, А.В.Самсонова. - 3-е издание, стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2013. - 320 с.- (Сер. Бакалавриат).
3. Железняк Ю.Д., Петров П.К Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений.- М.: Издательский центр "Академия", 2013, 6-е изд., стер.- 264 с.

б) Дополнительная литература:

1. Никитушкина Н.Н. Научно-методическая деятельность в физической культуре и спорте. Учебное пособие. - М.: Прометей, 2006. - 140 с.
2. Селуянов В.Н. Научно-методическая деятельность: учебник / В.Н. Селуянов, М.П. Шестаков, И.П. Космина. - М.: Физическая культура, 2005.-288 с.
3. Высшая математика и математическая статистика: учебное пособие для вузов / под общей редакцией Г.И. Попова.- 2-е издание. - М.: Физическая культура, 2009. - 368 с.
4. Ратов И.П. Биомеханические технологии подготовки спортсменов / И.П.Ратов, Г.И.Попов, А.А.Логинов, Б.В.Шмонин. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 120с.
5. Врублевский Е.П. / Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита: учебное пособие / Е. П. Врублевский, О.Е. Лихачева, Л. Г. Врублевская. - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 228 с.
6. Губа В. П. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике: учебное пособие для ИФК / В. П. Губа, М. П. Шестаков, Н. Е. Бубнов, М. П. Борисенков. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 211 с.
7. Кузнецов И. Н. Рефераты, курсовые и дипломные работы: методика подготовки и оформления: учебное пособие / И. Н. Кузнецов. - М.: Изд.торг, корпорация "Дашков и Ко", 2002. - 352 с.
8. Новикова С. С. Социологическое исследование. Анкетирование: учебное пособие для студентов вузов физической культуры / С. С. Новикова. - М.: СпортАкадемПресс, 2000. - 134 с.
9. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: учебное пособие для ИФК; под ред. М. П. Шестакова, Г. И. Попова. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 278 с.

б) Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»: Указать названия сайтов

1. <http://end.sportedu.ru> – сайт кафедры биомеханики и естественно-научных дисциплин;
2. <http://lms.sportedu.ru> – сайт системы дистанционного обучения (МООДУС) РГУФКСМиТ;
3. <http://www.kaspersky.ru> – сайт разработчика антивирусных продуктов «Лаборатория Касперского»;
4. <http://www.microsoft.ru> – сайт Microsoft;
5. <http://www.libreoffice.org> – сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice»;
6. <http://www.google.ru> – сайт Google;
7. <http://www.intuit.ru> – сайт Национального Открытого Университета «ИНТУИТ».

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), 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:*

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



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Научно-методическая деятельность» для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 (1 и 2 потоки) или 6 (3 поток) семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: *зачет с оценкой.*

### 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов        |
|----|---|---|-----------------------------------|
| 1. | Посещение практических занятий (обязательное посещение практических занятий в объёме не менее 50 % - 8 занятий)                           | Весь период   | 12 баллов (12 занятий по 1 балла) |
| 2. | Электронные аттестующие тесты в системе МОДУС по разделу 1. «Теоретические и эмпирические методы исследования» (15 вопросов по 0,1 балла) | 5 семестр - (3 неделя),<br>6 семестр - (32 неделя)                | 2 балла                           |
| 3. | Электронные аттестующие тесты в системе МОДУС по разделу 2. «Организация научного исследования» (15 вопросов по 0,1 балла)                | 5 семестр - (5 неделя),<br>6 семестр - (33 неделя)                | 2 балла                           |
| 4. | Электронные аттестующие тесты в   | 5 семестр -   | 2 балла                           |

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

|     |   |   |           |
|-----|---|---|-----------|
|     | <b>системе МООДУС по разделу 3. «Виды педагогических экспериментов и их организации при педагогических исследованиях» (15 вопросов по 0,1 балла)</b>  | (7 неделя),<br>6 семестр - (34 неделя)              |           |
| 5.  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4. «Организация научно-методического обеспечения подготовки сборных команд» (15 вопросов по 0,1 балла)</b>   | 5 семестр - (9 неделя),<br>6 семестр - (37 неделя)  | 2 балла   |
| 6.  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5. «Инструментальные методики измерений» (15 вопросов по 0,1 балла)</b>  | 5 семестр - (11 неделя),<br>6 семестр - (38 неделя) | 2 балла   |
| 7.  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделам 6,7. «Технические средства и тренажеры в практике спорта» (15 вопросов по 0,1 балла)</b>  | 5 семестр - (12 неделя),<br>6 семестр - (39 неделя) | 2 балла   |
| 8.  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 8. «Статистическая обработка данных при спортивно-педагогических измерениях» (15 вопросов по 0,1 балла)</b>  | 5 семестр - (13 неделя),<br>6 семестр - (40 неделя) | 2 балла   |
| 9.  | Выступление на семинарских занятиях в процессе обсуждения текущего материала (по балла за содержательное выступление и ответы на вопросы)   | Весь период   | 5 баллов  |
| 10. | Подготовка и защита реферата по теоретическим и практическим аспектам учебного курса в соответствии с темами, предназначенными для самостоятельной работы студентов   | 5 семестр - (14 неделя),<br>6 семестр - (42 неделя) | 4 балла   |
| 11. | Подготовка презентации по материалам исследований в рамках подготовки выпускной квалификационной работы или в рамках проблемы исследования, в которой будет выполняться ВКС, если тема её ещё не сформулирована | 5 семестр - (15 неделя),<br>6 семестр - (42 неделя) | 4 балла   |
| 12. | Выполнение лабораторной работы № 1  | 5 семестр - (9 неделя),<br>6 семестр - (37 неделя)  | 7 баллов  |
| 13. | Выполнение лабораторной работы № 2  | 5 семестр - (12 неделя),<br>6 семестр - (39 неделя) | 7 баллов  |
| 14. | Выполнение лабораторной работы № 3  | 5 семестр - (16 неделя),<br>6 семестр - (40 неделя) | 7 баллов  |
| 15. | <b>Собеседование по дисциплине (является обязательным)</b>  | 5 семестр (1,3 поток), 6 семестр (2 поток)          | 10 баллов |

|    |   |   |            |
|----|---|---|------------|
| 16 | <b>Сдача дифференцированного зачёта</b> | 5 семестр (1,3<br>поток), 6<br>семестр (2<br>поток) | 30 баллов  |
| 17 | <b>Итого</b>                            |   | 100 баллов |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости  | Максимальное кол-во баллов |
|----|---|----------------------------|
| 1. | Написание реферата на одну из предложенных тем (выбор тем представлен в основном разделе системы МООДУС и на сайте кафедры) | 20                         |
| 2. | Создание презентации на одну из тем и её защита   | 20                         |
| 3  | Выполнение расчетов показателей по реальным данным выпускной квалификационной работы  | 20                         |
| 4  | Разработка основных документов планирования экспериментов в рамках тематики выпускной квалификационной работы               | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом**

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

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

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

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.16 «Научно-методическая деятельность»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 5 семестр – 1 и 2 потоки, 6 семестр – 3 поток.

**3.Цель освоения дисциплины:** формирование у слушателей навыков научного мышления, ознакомление с методами проведения научных исследований и способами оформления их результатов.

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

| Шифр компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)<br><br>Наименование   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                   |                                   |
|------------------|--|--|-----------------------------------|-----------------------------------|
|                  |  | Очная форма обучения<br>(1 поток)              | Очная форма обучения<br>(2 поток) | Очная форма обучения<br>(3 поток) |
| 1                | 2  | 3  |                                   |                                   |
| УК-1             | <b>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</b>   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-1.1           | Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК 1.2           | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-1.3           | Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.                   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-1.4           | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-1.5           | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-1.6           | Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.   | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-2             | <b>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.</b> | 5  | 5                                 | 6                                 |
| УК-2.1           | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения  | 5  | 5                                 | 6                                 |

|               |   |   |   |   |
|---------------|---|---|---|---|
|               | профессиональных задач.   |   |   |   |
| УК-2.2        | Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | 5 | 5 | 6 |
| УК-2.3        | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений   | 5 | 5 | 6 |
| <b>ОПК-11</b> | <b>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</b>  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.2      | Знает актуальные проблемы и тенденции развития научного знания и образования в области физической культуры и спорта   | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.3      | Знает основы научно-методической деятельности   | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.4      | Знает основные источники получения информации в сфере физической культуры и спорта  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.5      | Знает научную терминологию, принципы, средства, методы и технологию организации научного исследования и проектов  | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.6      | Знает апробированные методики проведения научных исследований по определению эффективности различных сторон деятельности в области физической культуры и спорта                                 | 5 | 5 | 6 |
| ОПК-11.14     | Умеет формулировать и аргументировать обобщения и выводы, практические рекомендации   | 5 | 5 | 6 |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины                                       | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Общие представления о науке. Виды научных исследований. | 5       | 5       | 6       | 2   | 2                         | 6                      |          |   |

|          |  |          |          |          |          |           |           |  |                        |
|----------|--|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|--|------------------------|
|          | Теоретические и эмпирические методы исследования   |          |          |          |          |           |           |  |                        |
| <b>2</b> | Организация научного исследования  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | 2        | 2         | 2         |  |                        |
| <b>3</b> | Организация педагогических исследований  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |          | 2         | 4         |  |                        |
| <b>4</b> | Научная и научно-методическая деятельность в сфере спорта  | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |          | 4         | 10        |  |                        |
| <b>5</b> | Эмпирические методы научных исследований, реализуемые через инструментальные методики измерений                      | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> | 4        | 2         | 8         |  |                        |
| <b>6</b> | Формирование и совершенствование двигательных действий в спорте на основе средств искусственной управляющей среды    | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |          | 4         | 4         |  |                        |
| <b>7</b> | Применение технических средств и тренажеров в научной и методической работе в физической культуре и спорте           | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |          | 4         | 4         |  |                        |
| <b>8</b> | Обработка и анализ результатов научных исследований в сфере физической культуры и спорта. Оформление научной работы. | <b>5</b> | <b>5</b> | <b>6</b> |          | 4         | 2         |  |                        |
|          | <b>Итого часов:</b>  |          |          |          | <b>8</b> | <b>24</b> | <b>40</b> |  | <b>Зачет с оценкой</b> |

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



**Гуманитарный институт**

Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В. Кузина

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **«Б1.О.17 ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры экономики и права  
Протокол № 2 от «05» сентября 2019 г.

Рабочая программа дисциплины обновлена  
на основании решения заседания кафедры  
менеджмента и экономики спортивной индустрии им.В.В.Кузина  
Протокол № 01 от «01» сентября 2020 г.

Составитель: Хлуднев Е.И. – кандидат юридических наук, доцент кафедры  
менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В. Кузина.

## 1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Правовые основы профессиональной деятельности» является формирование у студентов направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» знаний в области правового регулирования физической культуры и спорта, овладение ими умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина «Правовые основы профессиональной деятельности» относится к обязательной части основной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| 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 | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2.1  | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.  | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2.2  | Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные   | 7  | 7                              | 7                              |

|               |   |          |          |          |
|---------------|---|----------|----------|----------|
|               | варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.  |          |          |          |
| УК-2.3        | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений                         | 7        | 7        | 7        |
| <b>УК-10</b>  | <b>Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению</b>   | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>7</b> |
| УК-10.1.      | Понимает значение основных правовых категорий, сущность коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни.                                 | 7        | 7        | 7        |
| УК-10.2.      | Проявляет гражданскую позицию, нетерпимое отношение к коррупционному поведению.   | 7        | 7        | 7        |
| УК-10.3.      | Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры и антикоррупционного поведения           | 7        | 7        | 7        |
| <b>ОПК-12</b> | <b>Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>7</b> |
| ОПК-12.1      | Знает понятия и признаки правовых отношений;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.2      | Знает трудовое законодательство Российской Федерации;   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.3      | Знает законодательство Российской Федерации и нормативные документы в сфере физической культуры, спорта и образования;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.4      | Знает правила внутреннего трудового распорядка и нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;                                   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.5      | Знает нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.6      | Знает требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.7      | Знает требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.8      | Знает меры ответственности работников за жизнь и здоровье занимающихся;   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.9      | Знает судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта, положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства;                                   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.10     | Знает этические нормы в области спорта.   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.11     | Умеет ориентироваться в законодательстве, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом и нормами этики;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.12     | Умеет анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической  | 7        | 7        | 7        |

|           |  |   |   |   |
|-----------|--|---|---|---|
|           | культуры и спорта на предмет соответствия требованиям нормативно-правовых актов;   |   |   |   |
| ОПК-12.13 | Имеет опыт обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики;      | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-12.14 | Имеет опыт разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком, установленным нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника. | 7 | 7 | 7 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права   | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| 2 | Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта | 7       | 7       | 7       | 4   | 2                         | 6                      |          |   |
| 3 | Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта  | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 6                      |          |   |
| 4 | Физическая культура и спорт в системе образования.  | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 6                      |          |   |

|   |   |   |   |   |           |           |           |  |                   |
|---|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|--|-------------------|
|   | Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта  |   |   |   |           |           |           |  |                   |
| 5 | Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий   | 7 | 7 | 7 | 2         | 1         | 5         |  |                   |
| 6 | Правовые аспекты антидопинговой деятельности»   | 7 | 7 | 7 | 2         | 1         | 5         |  |                   |
| 7 | Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров   | 7 | 7 | 7 | 2         | 1         | 5         |  |                   |
| 8 | Правонарушения и юридическая ответственность в области физической культуры и спорта. Правовые основы борьбы с коррупцией в спорте | 7 | 7 | 7 | 2         | 1         | 5         |  |                   |
|   | <b>Итого часов:</b>   |   |   |   | <b>18</b> | <b>10</b> | <b>44</b> |  | <b>Диф. зачет</b> |

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

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

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

### **Вопросы к диф. зачету**

1. Иерархия нормативно-правовых актов.
2. Общая характеристика спортивного права как отрасли.
3. Полномочия Министерства спорта Российской Федерации.
4. Компетенция региональных органов государственной власти в области физической культуры и спорта.
5. Компетенция органов местного самоуправления в сфере физической культуры и спорта.
6. Общая характеристика особенностей реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.
7. Виды нарушений антидопинговых правил и ответственность за их совершение.
8. Основные нормативные правовые акты в сфере антидопинговой политики государства.

- 9.Порядок проведения допинг-контроля. Права и обязанности спортсмена.
- 10.Порядок предоставления информации о местонахождении спортсмена в системе АДАМС.
- 11.Процедура создания и аккредитации спортивных федераций.
- 12.Правовой статус общероссийских спортивных федераций.
- 13.Правовой статус региональных спортивных федераций.
- 14.Основные направления деятельности Олимпийского комитета России, Паралимпийского комитета России, Сурдлимпийского комитета России, Специальной олимпиады России.
- 15.Правовое регулирование деятельности спортивных клубов, школьных и студенческих спортивных клубов в соответствии с ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
- 16.Обязательные и дополнительные условия, включаемые в трудовой договор со спортсменом и тренером.
- 17.Порядок временного перевода спортсмена к другому работодателю.
- 18.Обязанность работодателя отстранить спортсмена от участия в соревнованиях.
- 19.Гарантии и компенсации спортсмена в связи с временной нетрудоспособностью.
20. Дополнительный отпуск спортсмена и работа спортсмена и тренера по совместительству.
- 21.Особенности расторжения трудового договора со спортсменом и тренером
- 22.Материальная ответственность спортсменов и тренеров перед работодателем.
- 23.Требования к содержанию положений (регламентов) об официальных физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях.
- 24.Права и обязанности контролёров-распорядителей. Требования, предъявляемые к контролёрам-распорядителям.
- 25.Правила поведения зрителей при проведении официальных спортивных соревнований.
- 26.Обязанность организаторов физкультурно-спортивных мероприятий по обеспечению общественного порядка и безопасности.
- 27.Виды административных правонарушений в области физической культуры и спорта.
- 28.Нормативно-правовые основы присвоения спортивных разрядов и званий.
- 29.Почётные спортивные звания и квалификационные категории спортивных судей.
- 30.Порядок формирования спортивных сборных команд, обязанности по их обеспечению.
- 31.Общая характеристика федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в российской федерации на 2016–2020 годы»
32. Уголовная ответственность за правонарушения в области физической культуры и спорта.

33. Предотвращение допинга в спорте и борьба с ним.
34. Права и обязанности спортсменов в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
35. Физическая культура и спорт в системе образования, в системе федеральных органов исполнительной власти, по месту работы и месту жительства граждан. Адаптивная физическая культура.
36. Комплекс ГТО. Физкультурно-спортивные клубы и их объединения, основная деятельность которых направлена на реализацию комплекса ГТО.
37. Финансовое, медицинское и иное обеспечение физической культуры и спорта.
38. Этапы спортивной подготовки, федеральные стандарты спортивной подготовки.
39. Основные понятия, используемые в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
40. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте.

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

### а) Основная литература:

1. Алексеев, С.В. Спортивное право. Трудовые отношения в спорте=SPORTS LAW. LABOURS RELATIONSHIP IN SPORT: учебник / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА). – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юнити-Дана: Закон и право, 2015. – 647 с. [Электронный ресурс] // URL: <http://biblioclub.ru>
2. Алексеев, С.В. Спортивное право России=SPORTS LAW OF RUSSIA / С.В. Алексеев; ред. П.В. Крашенинников; Министерство образования и науки Российской Федерации, Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина (МГЮА). – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юнити-Дана, 2015. – 695 с. [Электронный ресурс] // URL: <http://biblioclub.ru>

### б) Дополнительная литература:

3. Алексеев, С.В. Международное спортивное право: учебник / С.В. Алексеев; ред. П.В. Крашенинников. – Москва: Юнити, 2015. – 894 с. [Электронный ресурс] // URL: <http://biblioclub.ru>
4. Алексеев, С.В. Олимпийское право как новейшее направление научного правоведения и учебная дисциплина / Алексеев С.В. // Спорт: экономика, право, управление. - 2010. - № 2. - С. 3-7.
5. Алексеев, С.В. Спортивное право России: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500, 032101: рек. УМЦ "Проф. учеб.": рек. НИИ образования и науки / С.В. Алексеев; под ред. П.В. Крашенинникова; М-во образования и науки РФ Моск. гос. юрид. акад им.

О.Е. Кутафина. - 3-е изд., перераб и доп. - М.: Юнити: Закон и право, 2012. - 1053 с.: ил.

6.Алексеев, С.В. Сущность и значение права и законодательства в сфере физической культуры и спорта = The Nature and Significance of Law and Legislation in the Sphere of Physical Culture and Sports / Алексеев С.В., Гостев Р.Г. // Культура физическая и здоровье. - 2016. - № 4 (59). - С. 77-84.

7.Байрамов, В.М. Порядок расследования и учета несчастных случаев, происшедших с лицами, проходящими спортивную подготовку, но не состоящими в трудовых отношениях с физкультурно-спортивной организацией / В.М. Байрамов, С.В. Байрамов // Вестник спортив. науки. - 2015. - № 3. - С. 8-12.

8.Квалификация деяния: Тактика и методика расследования коррупционных преступлений. Настольная книга следователя / Д.И. Аминов, А.М. Багмет, В.В. Бычков, Н.Д. Эриашвили; под ред. Н.Д. Эриашвили; Академия Следственного комитета Российской Федерации. – Москва: Юнити, 2015. – 319 с. [Электронный ресурс] // URL: <http://biblioclub.ru>

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

1.Официальный сайт Министерства спорта РФ // URL: [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

2.Издание Правительства Российской Федерации, официальный публикатор документов // URL: [www.rg.ru](http://www.rg.ru)

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

*–программное обеспечение дисциплины:*

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

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

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

○Acrobat Reader DC. Лицензия не требуется.

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

○ «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

○ Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

○ Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

○ Информационно-правовой портал «Гарант». Интернет-версия [www.garant.ru](http://www.garant.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 Правовые основы профессиональной деятельности для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В. Кузина

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Устный опрос по теме «Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права» | 24  | 5                          |
| 2 | Тестирование по теме «Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права» | 24  | 5                          |
| 3 | Устный опрос по теме «Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как    | 25  | 7                          |

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

|    |   |                           |                   |
|----|---|---------------------------|-------------------|
|    | <i>важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта»</i>   |                           |                   |
| 4  | <i>Самостоятельная работа по теме «Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта»</i> | 25                        | 5                 |
| 5  | <i>Тестирование по теме «Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта»</i>  | 26                        | 5                 |
| 6  | <i>Устный опрос по теме «Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта»</i>  | 26                        | 5                 |
| 7  | <i>Тестирование по теме «Физическая культура и спорт в системе образования. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта»</i>   | 26                        | 5                 |
| 8  | <i>Устный опрос по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>   | 27                        | 5                 |
| 9  | <i>Тестирование по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>   | 27                        | 5                 |
| 10 | <i>Устный опрос по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности»</i>  | 27                        | 5                 |
| 11 | <i>Тестирование по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности»</i>  | 27                        | 5                 |
| 12 | <i>Устный опрос по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>   | 34                        | 6                 |
| 13 | <i>Тестирование по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>   | 34                        | 5                 |
| 14 | <i>Тестирование по теме «Правонарушения и юридическая ответственность в области физической культуры и спорта. Правовые основы борьбы с коррупцией в спорте»</i>   | 34                        | 5                 |
| 15 | <i>Посещение занятий</i>  | <i>В течении семестра</i> | 7                 |
|    | <b>Дифференцированный зачет</b>   |                           | <b>20</b>         |
|    | <b>ИТОГО</b>  |                           | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>   | <b>Максимально<br/>е кол-во<br/>баллов</b> |
|----------|--|--|
| 1        | <i>Написание реферата по теме «Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права»</i>        | 9  |
| 2        | <i>Написание реферата по теме «Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший</i> | 9  |

|   |   |   |
|---|---|---|
|   | <i>регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта»</i>   |   |
| 3 | <i>Написание реферата по теме «Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта»</i>  | 9 |
| 4 | <i>Написание реферата по теме «Физическая культура и спорт в системе образования. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта»</i> | 9 |
| 5 | <i>Написание реферата по теме «Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий»</i>   | 9 |
| 6 | <i>Написание реферата по теме «Правовые аспекты антидопинговой деятельности»</i>  | 9 |
| 7 | <i>Написание реферата по теме «Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров»</i>   | 9 |
| 8 | <i>Написание реферата по теме «Правонарушения и юридическая ответственность в области физической культуры и спорта. Правовые основы борьбы с коррупцией в спорте»</i>         | 9 |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



**Гуманитарный институт**

Кафедра менеджмента и экономики спортивной индустрии им. В.В. Кузина

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.17 ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр освоения дисциплины:** 7.

**3. Цель освоения дисциплины:** формирование у студентов направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» знаний в области правового регулирования физической культуры и спорта, овладение ими умением использовать нормативные правовые документы в своей профессиональной деятельности. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>УК-2</b>   | <b>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</b>               | 7  | 7                              | 7                              |
| <i>УК-2.1</i>   | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.   | 7  | 7                              | 7                              |
| <i>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. | 7  | 7                              | 7                              |
| <i>УК-2.3</i>   | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений   | 7  | 7                              | 7                              |
| <b>УК-10</b>  | <b>Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению</b>   | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-10.1.  | Понимает значение основных правовых категорий, сущность коррупционного поведения, формы его проявления в различных сферах общественной жизни.   | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-10.2.  | Проявляет гражданскую позицию, нетерпимое отношение к коррупционному поведению.   | 7  | 7                              | 7                              |

|               |   |          |          |          |
|---------------|---|----------|----------|----------|
| УК-10.3.      | Способен осуществлять социальную и профессиональную деятельность на основе развитого правосознания, сформированной правовой культуры и антикоррупционного поведения           | 7        | 7        | 7        |
| <b>ОПК-12</b> | <b>Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами сферы физической культуры и спорта и нормами профессиональной этики</b> | <b>7</b> | <b>7</b> | <b>7</b> |
| ОПК-12.1      | Знает понятия и признаки правовых отношений;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.2      | Знает трудовое законодательство Российской Федерации;   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.3      | Знает законодательство Российской Федерации и нормативные документы в сфере физической культуры, спорта и образования;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.4      | Знает правила внутреннего трудового распорядка и нормативные документы в области управления персоналом физкультурно-спортивной организации;                                   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.5      | Знает нормативные документы, регламентирующие работу со служебной документацией;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.6      | Знает требования к оформлению, реквизитам, порядку разработки и утверждения локальных нормативных актов;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.7      | Знает требования охраны труда в области образования, физической культуры и спорта;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.8      | Знает меры ответственности работников за жизнь и здоровье занимающихся;   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.9      | Знает судебную практику по спорам в области физической культуры и спорта, положения и регламенты спортивного арбитражного судопроизводства;                                   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.10     | Знает этические нормы в области спорта.   | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.11     | Умеет ориентироваться в законодательстве, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом и нормами этики;  | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.12     | Умеет анализировать планирующую и отчетную документацию по вопросам физической культуры и спорта на предмет соответствия требованиям нормативно-правовых актов;               | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.13     | Имеет опыт обоснования принимаемых решений по организации деятельности в области физической культуры и спорта с позиции норм законодательства и профессиональной этики;       | 7        | 7        | 7        |
| ОПК-12.14     | Имеет опыт разработки обязательной отчетности в соответствии с порядком, установленным нормативными правовыми актами, требованиями вышестоящей организации или собственника.  | 7        | 7        | 7        |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Теоретические основы правовых знаний. Спортивное право в системе отраслей российского права   | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| 2 | Положения Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» как важнейший регулятор общественных отношений в области физической культуры и спорта | 7       | 7       | 7       | 4   | 2                         | 6                      |          |   |
| 3 | Правовое регулирование деятельности различных субъектов физической культуры и спорта  | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 6                      |          |   |
| 4 | Физическая культура и спорт в системе образования. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта                                   | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 6                      |          |   |
| 5 | Правовое регулирование организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий   | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 5                      |          |   |
| 6 | Правовые аспекты антидопинговой деятельности»   | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 5                      |          |   |
| 7 | Особенности регулирования трудовых отношений спортсменов и тренеров   | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 5                      |          |   |
| 8 | Правонарушения и юридическая ответственность  | 7       | 7       | 7       | 2   | 1                         | 5                      |          |   |



|  |  |  |  |           |           |           |  |                   |
|--|--|--|--|-----------|-----------|-----------|--|-------------------|
|  | в области физической культуры и спорта. Правовые основы борьбы с коррупцией в спорте |  |  |           |           |           |  |                   |
|  | <b>Итого часов:</b>  |  |  | <b>18</b> | <b>10</b> | <b>44</b> |  | <b>Диф. зачет</b> |

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 спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.18. ГИГИЕНА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОСНОВАМИ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины **«Б1.О.18. Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»**  
утверждена и рекомендована решением заседания  
кафедры Спортивной медицины  
Протокол № 3 от «24» сентября 2019 г.

**Составитель:** Григорьева Ольга Валентиновна – доцент кафедры спортивной медицины, кандидат педагогических наук, доцент.

## **1. Цель освоения дисциплины.**

Цель освоения дисциплины **«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»** - сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний; освоение студентами современных знаний и практических приёмов оказания первой доврачебной помощи при угрожающих жизни состояниях в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профили: 1 поток: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе.

2 поток: Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта.

3 поток: Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Дисциплина читается на русском языке.

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

**«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»** относится к обязательной части Блока 1. Дисциплины (модули) Б1.О.18 учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура» 2020 года набора. Данная дисциплина читается на 3 курсе 5 семестр (3 поток) и 6 семестр (1и 2 потоки).

Гигиена физкультурно-спортивной деятельности - это медицинская наука, о сохранении и укреплении здоровья различных групп граждан, основа профилактической медицины. Она изучает влияние различных факторов внешней среды и социальных факторов на здоровье и работоспособность человека. На основании этого разрабатываются мероприятия, направленные на предупреждение заболеваний и обеспечение оптимальных условий существования человека, сохранения здоровья и активного долголетия.

Ежегодно статистика показывает рост смертности в стране от травм и происшествий всех видов, поэтому первую доврачебную помощь должен уметь оказать каждый человек, особенно выпускник высшего образовательного учреждения.

Данная дисциплина определяет профессиональную компетентность бакалавра через формирование у обучающихся понимания структуры профессионального образования, его составляющих и обеспечивающих систем, а также роли гигиены в системе профессионального образования. В процессе изучения дисциплины, обучающийся овладеет умениями проектирования и реализации образовательных программ в области гигиены в различных типах организаций, осуществляющих образовательную деятельность.

Основы медицинских знаний - это комплексное понятие, включающее наиболее важные аспекты строения человеческого организма, функционирования отдельных его органов и систем и применение этих знаний в повседневной жизни в целях соблюдения нормального режима труда и отдыха, необходимых санитарно-гигиенических правил для предупреждения заболеваний организма и умения оказывать само- и взаимопомощь при травмах, повреждениях и неотложных состояниях.

Дисциплина *«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»* в системе профессионального образования органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана: анатомия человека, спортивная медицина, физиология человека, педагогика, психология, философия, БЖД и др.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-6</b>  | <b>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</b>  | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |
|   | <p><i>ОПК-6.4.</i> Знает составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие;</p> <p><i>ОПК-6.7.</i> Знает санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <p><i>ОПК-6.8.</i> Знает методические основы рациональной организации питания занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p><i>ОПК-6.9.</i> Умеет использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</p> <p><i>ОПК-6.11.</i> Умеет учитывать санитарно-гигиенические и медико-биологические основы физкультурной деятельности при планировании различных форм занятий физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-6.12.</i> Умеет составлять и анализировать рационы питания занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-6.16.</i> Имеет опыт расчета энергозатрат и энергоёмкости питания занимающихся физической культурой и спортом.</p> | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |
| <b>ОПК-7</b>  | <b>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</b>   | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |

|  |   |          |          |          |
|--|---|----------|----------|----------|
|  | <p><i>ОПК-7.1.</i> Знает предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</p> <p><i>ОПК-7.2.</i> Знает основные разделы гигиенической науки и их содержания;</p> <p><i>ОПК-7.3.</i> Знает санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-7.4.</i> Знает санитарно-гигиенические требования к спортивным сооружениям;</p> <p><i>ОПК-7.5.</i> Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><i>ОПК-7.6.</i> Знает основы оказания первой помощи;</p> <p><i>ОПК-7.10.</i> Умеет оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</p> <p><i>ОПК-7.11.</i> Умеет оказывать первую помощь;</p> <p><i>ОПК-7.12.</i> Умеет осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-7.14.</i> Имеет опыт оказания первой помощи.</p> | <b>6</b> | <b>6</b> | <b>5</b> |
|--|---|----------|----------|----------|

#### 4. Структура и содержание дисциплины.

Общая трудоемкость дисциплины *«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»* составляет **2 зачетные единицы, 72 академических часов.**

#### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.                   | 6       | 6       | 5       | 2   | -                         | 2                      |          |   |
| 2 | Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие. | 6       | 6       | 5       | -   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма.      | 6       | 6       | 5       | 2   | -                         | 2                      |          |   |

|                        |   |   |   |   |           |           |           |  |              |
|------------------------|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
| 4                      | Разрушители здоровья  | 6 | 6 | 5 | 2         | -         | 2         |  |              |
| 5                      | Генетические детерминанты здоровья и болезни.   | 6 | 6 | 5 |           | 2         | 2         |  |              |
| 6                      | Болезни цивилизации.  | 6 | 6 | 5 | 2         | -         | 2         |  |              |
| 7                      | Здоровый образ жизни и его составляющие.  | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 8                      | Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний.                                       | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 9                      | Закаливание и здоровье.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 10                     | Рациональное питание и нетрадиционные системы питания.  | 6 | 6 | 5 | 2         | -         | 2         |  |              |
| 11                     | Оптимальный двигательный режим.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 12                     | Технологии оздоровительной физической культуры.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 13                     | Психогигиена.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 14                     | Гигиена воздушной и водной среды  | 6 | 6 | 5 | -         | -         | 2         |  |              |
| 15                     | Гигиенические требования к местам занятий ФК  | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 16                     | Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате, холодном и горном климате. | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 17                     | Гигиена одежды, обуви и снаряжения.   | 6 | 6 | 5 | -         | -         | 2         |  |              |
| 18                     | Современные оздоровительные системы.  | 6 | 6 |   | -         | 2         | 2         |  |              |
| <b>Итого часов: 72</b> |   |   |   |   | <b>10</b> | <b>22</b> | <b>40</b> |  | <b>Зачет</b> |

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

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

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

### **Перечень примерных контрольных вопросов к зачету**

1. Цели и задачи гигиены физической культуры.
2. Здоровье и факторы его определяющие.
3. Комплексная характеристика состояния здоровья населения.
4. Основные понятия о заболеваемости населения.
5. Индивидуальное здоровье.



6. Общественное здоровье.
7. Основные понятия об уровнях здоровья.
8. Заболеваемость населения.
9. Общебиологическая сущность болезней.
10. Генетические факторы здоровья и болезни.
11. Отрицательное влияния на здоровье антропогенных загрязнений атмосферы и водной среды.
12. Отрицательное влияние на здоровье антропогенных загрязнений почвы и пищевых продуктов.
13. Отрицательное воздействие на здоровье экологических факторов крупных городов.
14. Влияние на здоровье климатогеографических факторов.
15. Радиационные факторы и их отрицательное воздействие на организм.
16. Радиационные загрязнения воздушной и водной среды.
17. Радиационные загрязнения почвы и пищевых продуктов.
18. Меры борьбы с радиационными загрязнениями.
19. Болезни цивилизации.
20. Профилактика болезней цивилизации.
21. Значение и роль здорового образа жизни в современных условиях.
22. Основные составляющие здорового образа жизни.
23. Роль физкультурно-спортивной деятельности в формировании здорового образа жизни.
24. Основы режима труда, спортивной деятельности и отдыха.
25. Рациональный суточный режим.
26. Правила ухода за телом.
27. Влияние биологических факторов внешней среды.
28. Основные понятия об инфекционных заболеваниях.
29. Основные звенья эпидемиологического процесса.
30. Источники инфекций.
31. Пути распространения инфекций.
32. Различные виды иммунитета.

33. Основные положения профилактики инфекционных заболеваний.
34. Профилактика венерических заболеваний и СПИДа.
35. Методика закаливания воздухом.
36. Методика применения закаливающих водных процедур.
37. Методика закаливания солнечной радиацией.
38. Методика применения сильнодействующих водных процедур (растирание снегом, зимние купания).
39. Применение искусственных источников ультрафиолетовой радиации.
40. Значение рационального питания.
41. Система сбалансированного питания.
42. Основные положения составления пищевых рационов для различных групп населения.
43. Режим питания при различных видах физкультурно-спортивной деятельности.
44. Система низкокалорийного питания.
45. Система раздельного питания.
46. Система вегетарианского питания.
47. Методические подходы к голоданию
48. Оптимальный двигательный режим.
49. Комплексное воздействие физических упражнений на организм.
50. Методика выполнения физических упражнений вовремя и после работы.
51. Основные положения занятий оздоровительной ходьбой.
52. Основные положения занятий оздоровительным бегом.
53. Основные положения занятий аэробикой и фитнес гимнастикой.
54. Психоэмоциональное напряжение и здоровье.
55. Влияние положительных и отрицательных эмоций.
56. Средства и методы сохранения и укрепления психического здоровья.
57. Методика саморегуляции эмоциями.
58. Основные условия гармонии семейной жизни.

59. Профилактика нарушений в сексуальной сфере.
60. Отрицательное влияние абортов.
61. Основные положения применения средств и методов восстановления и повышения работоспособности.
62. Педагогические средства восстановления.
63. Гигиенические средства восстановления.
64. Медико-биологические средства восстановления.
65. Психологические средства восстановления.
66. Оптимальные условия при занятиях физическими упражнениями и спортом.
67. Особенности отечественной, европейской и американской оздоровительных систем.
68. Особенности азиатской и индийской оздоровительных систем.

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

*а) Основная литература:*

1. Полиевский С.А. Безопасность адекватного питания спортсменов и туристов: учеб. пособие / С.А. Полиевский, Г.А. Ямалетдинова. - Екатеринбург: [Изд-во Гуманитар. ун-т], 2013. - 168 с.
2. Полиевский С.А. Спортивная диетология: учеб. для студентов высш. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" / С.А. Полиевский. - М.: Academia, 2015. - 202 с.

*б) Дополнительная литература:*

1. Асанова Н.В. Самооценка здоровья и ее взаимосвязь с базовыми жизненными ценностями в разных возрастных группах / Н.В. Асанова, О.М. Разумникова // Валеология. - 2013. - N 2. - С. 33-38.

2. Баканова А.Ф. Формирование здорового образа жизнедеятельности и проблема индивидуализации физической подготовленности студенческой молодежи

Formingofhealthystyleofvitalfunctionsandproblemofindividualizationofphysicalp

reparednessofstudents' youth / Баканова А.Ф. // Физическое воспитание студентов. - 2012. - N 1. - С. 8-12.

3. Батоцыренова Т.Е. Отношение студентов к здоровому стилю жизни / Т.Е. Батоцыренова, М.Е. Дмитриева, Ю.А. Миронова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2015. - N 6. - С. 23.

4. Верхорубова О.В. О здоровье как о ценности в образовании / О.В. Верхорубова // Физическая культура в школе. - 2016. - N 4. - С. 9-13.

5. Власова И.А. Качество и количество физического здоровья населения / И.А. Власова, Г.И. Губин, В.А. Епифанов // Лечу. физкультура и спорт. медицина. - 2012. - N 2. - С. 43-47

6. Горелов А.А. О зависимости соматического здоровья студентов от величины их двигательной активности / А.А. Горелов, О.Г. Румба // Вестн. спорт. науки. - 2013. - N 2. - С. 36-39.

7. К вопросу оценки запыленности воздуха крытых спортивных сооружений / Полиевский С.А. [и др.] // 2 Международный научный симпозиум "Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики", 24-25 апр. 2014 г.: сб. ст. / [под ред. В.С. Макеевой]; Гос. ун-т - учеб. - науч. произв. комплекс, г. Орел, Россия [и др.]. - Орел, 2014. - Т. 2. - С. 300-306.

8. Полиевский С.А. Комплексный междисциплинарный практикум по гигиене, экологии и БЖД [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие: утв. Эмс ИНПО ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Полиевский С.А., Иванов А.А., Григорьева О.В.; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2016.

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

1. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

2. [http\\www.edu.ru](http://www.edu.ru) – «Российское образование» - федеральный портал.

3. [http\\минобрнауки.рф](http://минобрнауки.рф) - сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

4.«Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

г) **Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний», включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем: программное обеспечение дисциплины «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»:**

– программное обеспечение дисциплины (модуля):

1. WindowsProfessional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
2. MicrosoftOffice. Лицензия 87473227, SoftLine 2018-12-30
3. Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус) Лицензия 330866598, SoftLine 2018-12-30
4. AcrobatReader DC. Лицензия не требуется.

– современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа, самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных 459 ауд. МБК и (или) групповых 432 ауд. МБК консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.

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

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине **«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»** для обучающихся Института спорта и физического воспитания 3 курса, направления подготовки **49.03.01 Физическая культура профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес очной формы обучения.

### 1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивной медицины

Сроки изучения дисциплины (модуля): **«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»:** 5 семестр (3 поток) и 6 семестр (1 и 2 потоки) очной формы обучения

Форма промежуточной аттестации: **Зачет**

### II. ФОРМЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ, ОЦЕНКА В БАЛЛАХ (5 семестр 3 поток)

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости      | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|---|----------------------------|
| 1 | Выступление на семинаре «Факторы обеспечивающие здоровье»     | 6   | 5                          |
| 2 | Выступление на семинаре «Болезни цивилизации»                 | 7   | 5                          |
| 3 | Выступление на семинаре «Закаливание и здоровье»              | 8   | 5                          |
| 4 | Выступление на семинаре «Разрушители здоровья»                | 9   | 5                          |
| 5 | Выступление на семинаре «Современные оздоровительные системы» | 10  | 5                          |
| 6 | Тест по теме: «Рациональное питание и                         | 11  | 10                         |

|    |  |                    |                   |
|----|--|--------------------|-------------------|
|    | нетрадиционные системы питания»  |                    |                   |
| 7  | Тест по теме: «Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма» | 12                 | 10                |
| 8  | Написание реферата по теме: «Технологии оздоровительной физической культуры»       | 6-17               | 15                |
| 9  | Презентация по теме: «Здоровый образ жизни и его составляющие»                     | 16                 | 10                |
| 10 | Посещение занятий  | В течение семестра | 10                |
|    | <b>Зачёт</b>   |                    | <b>20</b>         |
|    | <b>ИТОГО:</b>  |                    | <b>100 баллов</b> |

(6 семестр 1-2 поток)

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                           | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|----|--|---|----------------------------|
| 1  | Выступление на семинаре «Факторы обеспечивающие здоровье»                          | 28  | 5                          |
| 2  | Выступление на семинаре «Болезни цивилизации»                                      | 35  | 5                          |
| 3  | Выступление на семинаре «Закаливание и здоровье»                                   | 36  | 5                          |
| 4  | Выступление на семинаре «Разрушители здоровья»                                     | 37  | 5                          |
| 5  | Выступление на семинаре «Современные оздоровительные системы»                      | 38  | 5                          |
| 6  | Тест по теме: «Рациональное питание и нетрадиционные системы питания»              | 39  | 10                         |
| 7  | Тест по теме: «Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма» | 40  | 10                         |
| 8  | Написание реферата по теме: «Технологии оздоровительной физической культуры»       | 36-41   | 15                         |
| 9  | Презентация по теме: «Здоровый образ жизни и его составляющие»                     | 41  | 10                         |
| 10 | Посещение занятий  | В течение семестра  | 10                         |
|    | <b>Зачёт</b>   |   | <b>20</b>                  |
|    | <b>ИТОГО:</b>  |   | <b>100 баллов</b>          |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                                     | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Выступление на семинаре «Гигиена физической культуры»                   | 5                          |
| 2 | Выступление на семинаре «Здоровье в системе общечеловеческих ценностей» | 5                          |
| 3 | Подготовка доклада «Болезни цивилизации», пропущенному студентом        | 5                          |
| 4 | Дополнительное тестирование по теме «Разрушители здоровья»              | 5                          |

|   |  |    |
|---|--|----|
| 5 | Написание реферата по теме «Здоровый образ жизни и его составляющие» | 15 |
| 6 | Выступление на семинаре «Гигиена физической культуры»                | 10 |
| 7 | Презентация по теме «Закаливание и здоровье»                         | 10 |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся 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      |

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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



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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**

**Кафедра спортивной медицины**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.18. ГИГИЕНА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С ОСНОВАМИ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины «Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»** составляет 2 зачетных единиц.

**2. Семестр(ы) освоения дисциплины:** 5 семестр (3 поток) и 6 семестр (1и 2 потоки).

**3. Цель освоения дисциплины:**

Цель освоения дисциплины **«Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний»** сформировать базовые теоретические знания в понимании места и роли гигиены физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний; освоение обучающимися современных знаний и практических приёмов оказания первой доврачебной помощи при угрожающих жизни состояниях в системе профессионального образования у обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура», профили: 1 поток: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе.

2 поток: Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта.

3 поток: Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Дисциплина читается на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-6</b>  | <b>Способен формировать осознанное отношение занимающихся к физкультурно-спортивной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни.</b>  | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |
|   | <p><i>ОПК-6.4.</i> Знает составляющие здорового образа жизни и факторы, их определяющие;</p> <p><i>ОПК-6.7.</i> Знает санитарно-гигиенические основы деятельности в сфере физической культуры и спорта;</p> <p><i>ОПК-6.8.</i> Знает методические основы рациональной организации питания занимающихся физической культурой и спортом.</p> <p><i>ОПК-6.9.</i> Умеет использовать накопленные в области физической культуры и спорта ценности для стремления к здоровому образу жизни, навыков соблюдения личной гигиены, профилактики и контроля состояния своего организма, потребности в регулярных физкультурно-оздоровительных занятиях;</p> <p><i>ОПК-6.11.</i> Умеет учитывать санитарно-гигиенические и медико-биологические основы физкультурной деятельности при планировании различных форм занятий физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-6.12.</i> Умеет составлять и анализировать рационы питания занимающихся физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-6.16.</i> Имеет опыт расчета энергозатрат и энергоемкости питания занимающихся физической культурой и спортом.</p> | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |
| <b>ОПК-7</b>  | <b>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</b>   | <b>6</b>                                       | <b>6</b>                       | <b>5</b>                       |

|  |   |          |          |          |
|--|---|----------|----------|----------|
|  | <p><i>ОПК-7.1.</i> Знает предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены;</p> <p><i>ОПК-7.2.</i> Знает основные разделы гигиенической науки и их содержания;</p> <p><i>ОПК-7.3.</i> Знает санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-7.4.</i> Знает санитарно-гигиенические требования к спортивным сооружениям;</p> <p><i>ОПК-7.5.</i> Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности;</p> <p><i>ОПК-7.6.</i> Знает основы оказания первой помощи;</p> <p><i>ОПК-7.10.</i> Умеет оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала;</p> <p><i>ОПК-7.11.</i> Умеет оказывать первую помощь;</p> <p><i>ОПК-7.12.</i> Умеет осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом;</p> <p><i>ОПК-7.14.</i> Имеет опыт оказания первой помощи.</p> | <b>6</b> | <b>6</b> | <b>5</b> |
|--|---|----------|----------|----------|

## 5. Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Предмет и задачи гигиены. Гигиена физической культуры.                   | 6       | 6       | 5       | 2   | -                         | 2                      |          |   |
| 2 | Здоровье в системе общечеловеческих ценностей, факторы его определяющие. | 6       | 6       | 5       | -   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | Понятие об уровне здоровья и функциональных возможностях организма.      | 6       | 6       | 5       | 2   | -                         | 2                      |          |   |
| 4 | Разрушители здоровья   | 6       | 6       | 5       | 2   | -                         | 2                      |          |   |
| 5 | Генетические детерминанты здоровья и болезни.                            | 6       | 6       | 5       |   | 2                         | 2                      |          |   |

|                     |   |   |   |   |           |           |           |  |              |
|---------------------|---|---|---|---|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
| 6                   | Болезни цивилизации.  | 6 | 6 | 5 | 2         | -         | 2         |  |              |
| 7                   | Здоровый образ жизни и его составляющие.  | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 8                   | Личная гигиена и профилактика инфекционных заболеваний.                                       | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 9                   | Закаливание и здоровье.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 10                  | Рациональное питание и нетрадиционные системы питания.  | 6 | 6 | 5 | 2         | -         | 2         |  |              |
| 11                  | Оптимальный двигательный режим.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 12                  | Технологии оздоровительной физической культуры.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 3         |  |              |
| 13                  | Психогигиена.   | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 14                  | Гигиена воздушной и водной среды  | 6 | 6 | 5 | -         | -         | 2         |  |              |
| 15                  | Гигиенические требования к местам занятий ФК  | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 16                  | Гигиеническое обеспечение подготовки спортсменов в жарком климате, холодном и горном климате. | 6 | 6 | 5 | -         | 2         | 2         |  |              |
| 17                  | Гигиена одежды, обуви и снаряжения.   | 6 | 6 | 5 | -         | -         | 2         |  |              |
| 18                  | Современные оздоровительные системы.  | 6 | 6 |   | -         | 2         | 2         |  |              |
| <b>Итого часов:</b> |   |   |   |   | <b>10</b> | <b>22</b> | <b>40</b> |  | <b>Зачет</b> |

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



Гуманитарный институт

Кафедра Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.О.19 Менеджмент физической культуры и спорта»

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес<sup>1</sup>

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

<sup>1</sup> далее считать следующее распределение профилей по потокам:

1 поток: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе

2 поток: Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта

3 поток: Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры  
Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина  
Протокол № 2 от «11» сентября 2019 г.

Составитель: Ушакова Наталья Александровна, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры менеджмента и экономики спорта им. В.В.Кузина

---

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

## **1.Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «**Менеджмент физической культуры и спорта**» является: сформировать базовые теоретические знания первичных управленческих понятий и понятий менеджмента; знания о современных методах управления и технологиях управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности на основе действующих правовых норм; а также практические умения по поиску, анализу и синтезу информации о достижениях в области отраслевого управления; по применению системного подхода для решения поставленных задач в области отраслевого управления; умения реализации технологии подготовки и принятия управленческих решений и организации их выполнения; сформировать способности организации совместной деятельности и навыки взаимодействия участников деятельности в области физической культуры и спорта.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура». Дисциплина «Менеджмент физической культуры и спорта» относится к дисциплинам обязательной части.

Дисциплина «Менеджмент физической культуры и спорта» органично связана с другими профессиональными дисциплинами учебного плана:

- изучение дисциплины основано на ранее пройденных дисциплинах/практиках - «История физической культуры», «Теория и методика физической культуры», «Психология», «Теория спорта», «Теория и методика детско-юношеского спорта», «Международная олимпийская система», «Организационная практика».

- изучение дисциплины предшествует освоению следующих дисциплин/практик – «Правовые основы профессиональной деятельности»,



«Конфликтология в спорте», «Спортивная этика», «Основы теории спортивных соревнований», «Экономика в сфере физической культуры и спорта».

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-1  | <i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</i>   | 7  | 7                              | 7                              |
| УК 1.2.   | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.  | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-1.4.   | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.  | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-1.5.   | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.  | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2  | <i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i>               | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2.1.   | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.   | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2.2.   | Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-2.3.   | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений   | 7  | 7                              | 7                              |
| УК-6  | <i>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию</i>  | 7  | 7                              | 7                              |

|               |  |   |   |   |
|---------------|--|---|---|---|
|               | <b><i>саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</i></b>  |   |   |   |
| УК-6.1.       | Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем   | 7 | 7 | 7 |
| УК-6.2.       | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности    | 7 | 7 | 7 |
| УК-6.3        | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни | 7 | 7 | 7 |
| <b>УК-9</b>   | <b><i>Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности</i></b>   | 7 | 7 | 7 |
| УК-9.1.       | Понимает базовые принципы функционирования экономики, планирования экономической деятельности.   | 7 | 7 | 7 |
| УК-9.2.       | Принимает обоснованные экономические решения, используя методы экономического планирования для достижения поставленных целей.  | 7 | 7 | 7 |
| УК-9.3.       | Использует экономические инструменты для управления финансовой деятельностью в различных областях жизнедеятельности.   | 7 | 7 | 7 |
| <b>ОПК-10</b> | <b><i>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</i></b>  | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.1.     | Знает основы менеджмента, управления персоналом в области физической культуры и спорта;  | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.1.     | Знает приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе   | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.6.     | Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в физкультурно-спортивной среде  | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.9.     | Имеет опыт организации совместной деятельности и взаимодействия участников деятельности в области физической культуры и спорта;  | 7 | 7 | 7 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет   2   зачетных единиц,   72   академических часа.

## очная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                     |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1                   | Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры и спорта                         | 7       | 7       | 7       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 2                   | Тема 2. Типология физкультурно-спортивных организаций                              | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3                   | Тема 3. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России | 7       | 7       | 7       | 2   |                           | 6                      |          |   |
| 4                   | Тема 4. Принципы и функции менеджмента физической культуры                         | 7       | 7       | 7       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 5                   | Тема 5. Методы менеджмента   | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6                   | Тема 6. Управленческое решение в менеджменте                                       | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 7                   | Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта  | 7       | 7       | 7       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 8                   | Тема 8. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций                   | 7       | 7       | 7       | 2   | 2                         | 3                      |          |   |
| 9                   | Тема 9. Менеджмент спортивных соревнований   | 7       | 7       | 7       |   | 2                         | 4                      |          |   |
| 10                  | Тема 10. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку              | 7       | 7       | 7       |   | 2                         | 4                      |          |   |
| <b>Итого часов:</b> |  |         |         |         | <b>16</b>   | <b>12</b>                 | <b>35</b>              | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>                                |

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

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

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

### **Перечень вопросов к экзамену по дисциплине «Менеджмент физической культуры и спорта»**

1. Предмет и основные понятия курса «Менеджмент ФКиС».
2. Понятия «менеджмент» и «управление», их соотношение, виды управления.
3. Функциональные разновидности менеджмента.
4. Понятие «организация», признаки организации, виды.
5. Миссия и цель организации. «Дерево целей» ФСО.
6. Понятие «физкультурно-спортивная организация», отличительные признаки.
7. Типология физкультурно-спортивных организаций по различным основаниям.
8. Понятие «управленческие отношения», их виды. Пути взаимодействия государственных и общественных органов управления ФКиС.
9. Управление физической культурой и спортом как система.
10. Государственные органы управления физической культурой и спортом специальной компетенции.
11. Общественные органы управления физической культурой и спортом.
13. Функции управления, понятие и классификация.
14. Методы управления в сфере ФКиС: понятие, общая характеристика.
15. Комплексное применение методов управления.
16. Взаимосвязь функций и методов управления.
17. Управленческое решение: понятие и формы принятия.
18. Информационное обеспечение менеджмента физической культуры. Понятие «информация» с точки зрения менеджмента, классификация.
19. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку.

20. Специфические функции управления.
21. Статистическая отчетность в физкультурно-спортивных организациях.
22. Менеджмент общественных организаций на примере федерации по виду спорта.
23. Перечень должностей и профессиональные стандарты работников сферы ФКиС.
24. Спортивное соревнование - комплексный метод управления.
25. Принципы спортивного менеджмента.
26. Понятие «организационная структура управления». Типы организационных структур.
27. Понятие «информация». Свойства информации. Способы получения.
28. Организационно-административные методы менеджмента.
29. Экономические и социально-психологические методы менеджмента.
30. Классификация соревнований, Документы, необходимые для проведения соревнований.
31. Менеджмент персонала ФСО.
32. Сущность управленческих решений. Подготовка, принятие и организация выполнения управленческих решений.
33. Требования, предъявляемые к решениям, принимаемым в процессе управления.
34. Линейные и функциональные структуры организации. Достоинства и недостатки.
35. Организация как функция менеджмента.
36. Планирование как функция менеджмента.
37. Мотивация труда работников ФСО.
38. Сущность и необходимость контроля, виды контроля.
39. Определение понятия управленческого решения. Классификация управленческих решений по признакам, классам и виду информации.
40. Виды организаций, осуществляющих спортивную подготовку, этапы подготовки, формы организации тренировочного процесса, критерии оценки деятельности на этапах подготовки.

41. Устав общественной организации в сфере ФКиС.

42. Современная организационная структура управления ФКиС в России.

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

а) Основная литература:

1. Менеджмент физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. образования / [ Т.В. Састамойнен, Т.Э. Круглова, Т.С. Чернецкая и др.] - М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 240 с.
2. Починкин, А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 032100 : рек. УМО высш. учеб. заведений РФ по образованию в обл. физ. культуры / А.В. Починкин. - М.: Сов. спорт, 2013. - 263 с.: табл.
3. Починкин А.В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учебное пособие. – М.: Спорт, 2017. – 384 с.
4. Филиппов, С.С.: Менеджмент в сфере физической культуры и спорта учеб. пособие для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих деятельность по направлению 49.03.01 : рек. Умо вузов РФ по образованию в обл. физ. культуры : соответствует Федер. гос. образоват. стандарту высш. проф. образования / С.С. Филиппов. - 2-е изд., доп. и испр. - М.: Сов. спорт, 2015. - 239 с.: табл.
5. Управление спортивной организацией : учеб. пособие : направление подгот. 034300.62, 034300.68, 080200.62, 080200.68 : профили подгот.: "Спортив. подгот.", "Менеджмент орг." : магистер. прогр.: "Менеджмент и экономика в сфере физ. культуры и спорта", "Спортив. менеджмент" : квалификация (степень) выпускника - бакалавр, магистр / Блеер А.Н. [и др.] ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос.

ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2014. - 402 с.: табл.

б) Дополнительная литература:

1. Алексеев, С.В. Спортивный менеджмент : Регулирование орг. и проведения физкультур. и спортив. мероприятий : учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению 032101, 080507, 030500 : рек. УМЦ "Проф. учеб." : рек. Науч.-исслед. ин-том образования и науки : рек. Науч.-метод. советом по физ. культуре М-ва образования и науки РФ / С.В. Алексеев ; под ред. заслуж. юриста РФ, д-ра юрид. наук, проф. П.В. Крашенинникова ; М-во образования и науки РФ, Моск. гос. юрид. ун-т им. О.Е. Кутафина (МГЮА). - М.: Закон и право: Юнити-Дана, 2015. - 681 с.: ил.
2. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальностям 033100 : рек. умо по специальностям пед. образования / [М.И. Золотов [и др.]]. - 2-е изд., стер. - М.: Academia, 2004. - 426 с.: таб.
3. Переверзин И.И. Менеджмент спортивной организации: учебное пособие.- 3-е изд., пераб. и доп. – М.: «Физкультура и спорт», 2006. – 464 с.
4. Экономика физической культуры и спорта : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / [под ред. Е.В. Кузьмичевой]. - М.: Физ. культура, 2008. - 472 с.: ил.

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

- 1.Справочная правовая система (СПС) КонсультантПлюс  
[www.consultant.ru](http://www.consultant.ru)
- 2.Сайт Министерства спорта РФ - [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

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

–программное обеспечение дисциплины:

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

- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
- Информационно-правовой портал «Гарант». Интернет-версия [www.garant.ru](http://www.garant.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.



Приложения к рабочей программе дисциплины (модуля)

## **ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА**

**по дисциплине Менеджмент физической культуры и спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес  
**очной формы обучения**

### **I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ**

Кафедра: Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

## 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) <sup>2</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|---|----------------------------|
| 1 | Выступление на семинарских занятиях   | весь период   | 10                         |
| 2 | Контрольная работа № 1 по темам: «Введение в менеджмент», «Типология организаций», «Функции и принципы менеджмента» | 6 неделя  | 10                         |
| 3 | Контрольная работа № 2 по всем темам лекционного курса  | 11 неделя   | 15                         |
| 4 | Защита презентации  | Весь период   | 10                         |
| 5 | Итоговое тестирование   | 16 неделя   | 15                         |
| 6 | Посещение семинарских занятий   | весь период   | 10                         |
| 7 | Экзамен по дисциплине   | По графику  | 30                         |
|   | <b>ИТОГО</b>  |   | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа, пропущенная студентом                       | 10                         |
| 2 | Выполнение домашнего задания по разделу, пропущенному студентом | 10                         |
| 3 | Подготовка и защита презентации                                 | 10                         |
| 4 | Написание реферата по теме, пропущенной студентом               | 10                         |
|   |   |                            |

## III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

Дополнительные задания из списка, представленного в информационной справке, которые позволят набрать необходимое количество баллов студентам, пропустившим занятия по уважительной причине, определяются преподавателем индивидуально с каждым студентом

## IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

<sup>2</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

**Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом,  
дифференцированным зачётом**

| Набранные баллы                    | <51                      | 51-60 | 61-67                  | 68-84       | 85-93        | 94-100 |
|------------------------------------|--------------------------|-------|------------------------|-------------|--------------|--------|
| Словесно-цифровое выражение оценки | 2<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>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)»



**Гуманитарный институт**

**Кафедра Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.19 Менеджмент физической культуры и спорта»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетных единицы.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 7 семестр,

3. **Цель освоения дисциплины:** Целью освоения дисциплины «Менеджмент физической культуры и спорта» является: сформировать базовые теоретические знания первичных управленческих понятий и понятий менеджмента; знания о современных методах управления и технологиях управленческого труда в организациях физкультурно-спортивной направленности на основе действующих правовых норм; а также практические умения по поиску, анализу и синтезу информации о достижениях в области отраслевого управления; по применению системного подхода для решения поставленных задач в области отраслевого управления; умения реализации технологии подготовки и принятия управленческих решений и организации их выполнения; сформировать способности организации совместной деятельности и навыки взаимодействия участников деятельности в области физической культуры и спорта.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-1  | <i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</i> | 7  | 7                              | 7                              |
| УК 1.2.   | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.                                      | 7  | 7                              | 7                              |

|             |   |   |   |   |
|-------------|---|---|---|---|
| УК-1.4.     | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.  | 7 | 7 | 7 |
| УК-1.5.     | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.  | 7 | 7 | 7 |
| <b>УК-2</b> | <b><i>Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</i></b>        | 7 | 7 | 7 |
| УК-2.1.     | Знает виды ресурсов и ограничений, основные методы оценки разных способов решения профессиональных задач.   | 7 | 7 | 7 |
| УК-2.2.     | Умеет проводить анализ поставленной цели и формулировать задачи, необходимые для ее достижения, анализировать альтернативные варианты с учетом правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. | 7 | 7 | 7 |
| УК-2.3.     | Владеет методологическими инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием имеющихся ресурсов и ограничений   | 7 | 7 | 7 |
| <b>УК-6</b> | <b><i>Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни</i></b>                                       | 7 | 7 | 7 |
| УК-6.1.     | Знает принципы образования, основные приемы эффективного управления собственным временем  | 7 | 7 | 7 |
| УК-6.2.     | Умеет эффективно планировать и контролировать собственное время; использовать знание о своих ресурсах и их пределах для саморазвития; способен к анализу собственной деятельности               | 7 | 7 | 7 |
| УК-6.3      | Владеет методами управления собственным временем; планирует и реализует траекторию своего профессионального и личностного роста на основе принципов образования в течение всей жизни            | 7 | 7 | 7 |
| <b>УК-9</b> | <b><i>Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности</i></b>  | 7 | 7 | 7 |
| УК-9.1.     | Понимает базовые принципы функционирования экономики, планирования экономической деятельности.  | 7 | 7 | 7 |
| УК-9.2.     | Принимает обоснованные экономические решения, используя методы экономического планирования для достижения поставленных целей.   | 7 | 7 | 7 |
| УК-         | Использует экономические инструменты для управления финансовой деятельностью в  | 7 | 7 | 7 |

|               |  |   |   |   |
|---------------|--|---|---|---|
| 9.3.          | различных областях жизнедеятельности.  |   |   |   |
| <b>ОПК-10</b> | <b>Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта</b> | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.1.     | Знает основы менеджмента, управления персоналом в области физической культуры и спорта;  | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.1.     | Знает приемы профилактики и конструктивного разрешения конфликтов в группе   | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.6.     | Умеет устанавливать и поддерживать деловые контакты, связи, отношения, коммуникации в физкультурно-спортивной среде                  | 7 | 7 | 7 |
| ОПК-10.9.     | Имеет опыт организации совместной деятельности и взаимодействия участников деятельности в области физической культуры и спорта;      | 7 | 7 | 7 |

## 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 | Тема 1. Введение в менеджмент физической культуры и спорта                         | 7       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 2 | Тема 2. Типология физкультурно-спортивных организаций                              | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 3 | Тема 3. Система органов управления отраслью «физическая культура и спорт» в России | 7       | 2   |                           | 6                      |          |   |
| 4 | Тема 4. Принципы и функции менеджмента физической культуры                         | 7       | 2   |                           | 4                      |          |   |
| 5 | Тема 5. Методы менеджмента   | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 6 | Тема 6. Управленческое решение в менеджменте                                       | 7       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |

|                     |   |          |           |           |           |          |                |
|---------------------|---|----------|-----------|-----------|-----------|----------|----------------|
| <b>7</b>            | Тема 7. Информационное обеспечение менеджмента сферы физической культуры и спорта | <b>7</b> | <b>2</b>  |           | <b>4</b>  |          |                |
| <b>8</b>            | Тема 8. Менеджмент персонала физкультурно-спортивных организаций                  | <b>7</b> | <b>2</b>  | <b>2</b>  | <b>3</b>  |          |                |
| <b>9</b>            | Тема 9. Менеджмент спортивных соревнований  | <b>7</b> |           | <b>2</b>  | <b>4</b>  |          |                |
| <b>10</b>           | Тема 10. Менеджмент организаций, осуществляющих спортивную подготовку             | <b>7</b> |           | <b>2</b>  | <b>4</b>  |          |                |
| <b>Итого часов:</b> |   |          | <b>16</b> | <b>12</b> | <b>35</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |



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



Институт Гуманитарный  
Кафедра иностранных языков и лингвистики

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.20 «Иностранный язык (профессиональный)»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **43.03.01 Физическая культура**  
(код и наименование)

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019г

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

\_\_\_\_\_ и лингвистики \_\_\_\_\_

(наименование)

Протокол № 44 \_\_ от « 2 » июля 20 219 г.

Составитель:

Комова Елена Викторовна, к.п.н, доцент\_кафедры иностранных языков и  
лингвистики

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

## 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины (модуля) Иностранный язык (профессиональный) является повышение уровня практического владения иностранным языком для активного его применения в профессиональном общении. Выпускник вуза должен обладать уровнем коммуникативной компетенции для решения социально-коммуникативных задач в профессиональной деятельности при общении с зарубежными партнерами, а также для дальнейшего самообразования.

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

Дисциплина Иностранный язык (профессиональный) является общеобразовательной дисциплиной вариативной части и продолжает курс иностранного языка на основе знаний, полученных в результате изучения дисциплины «Иностранный язык».

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |
|---|---|--|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Заочная форма обучения                         |
| 1   | 2   | 3  |
| УК-3  | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде   | 4  |
| УК-3.1  | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия  | 4  |
| УК-3.2.   | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.   | 4  |
| УК-3.3.   | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.                 | 4  |
| УК 4  | Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) | 4  |

|           |  |   |
|-----------|--|---|
|           | языке(ах)  |   |
| УК-4.1.   | Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические нормы и нормы пунктуации изучаемого иностранного языка. | 4 |
| УК-4.2.   | Умеет логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь на иностранном языке.   | 4 |
| УК-4.3.   | Умеет использовать государственный язык Российской Федерации и иностранный язык, как эффективное средство общения.   |   |
| УК-4.4.   | Владеет одним из иностранных языков на уровне, обеспечивающем эффективную межличностную и межкультурную деятельность.  | 4 |
| УК-4.5.   | Владеет различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке в учебной и профессиональной деятельности                  |   |
| ОПК-10.   | Способен организовать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в области физической культуры и спорта  | 4 |
| ОПК-10.2. | Знает основы эффективных коммуникаций, включая профессиональную лексику и спортивные термины на иностранном языке  | 4 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 4 зачетные единицы, 144 академических часа.

#### очная форма обучения

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

|                          |                                      |   | Занятия<br>лекционного типа | Занятия<br>семинарского<br>характера | Самостоятельная<br>работа | Контроль |                  |
|--------------------------|--------------------------------------|---|-----------------------------|--------------------------------------|---------------------------|----------|------------------|
| 1                        | Тренировочный процесс                | 3 |                             | 10                                   | 15                        |          |                  |
| 2                        | Спортивные технологии                | 3 |                             | 10                                   | 15                        |          |                  |
| 3                        | Тест №1 по модулю 3                  | 3 |                             | 12                                   | 10                        |          |                  |
| 4.                       | Роль тренера в подготовке спортсмена | 4 |                             | 10                                   | 15                        |          |                  |
| 5                        | Моя специализация                    | 4 |                             | 10                                   | 10                        |          |                  |
| 6                        | Тест №2 по модулю 4                  | 4 |                             | 6                                    | 10                        |          |                  |
| 7.                       | Домашнее чтение                      | 4 |                             | 6                                    | 5                         |          |                  |
|                          |                                      |   |                             |                                      |                           |          | Зачет<br>оценкой |
| <b>Итого часов: 144ч</b> |                                      |   |                             | <b>64</b>                            | <b>80</b>                 |          | <b>с</b>         |

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

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

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

После изучения темы семестра проводятся лексико-грамматические задания по изученному материалу

1) Собеседование по следующим темам:

1. Тренировочный процесс
2. Спортивные технологии
3. Роль тренера в подготовке спортсмена
4. Моя специализация

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

а) Основная литература:

1. Е.Г.Борисенко, О.А.Кравченко. Английский язык для физкультурных специальностей. Учебное пособие. Ростов-на-Дону, Феникс, 2015, 410с.
2. И.Г.Федотова, Н.А. Ишевская «Ускоренный курс английского языка», Москва, Медицина XXI, 2006.
3. Англо-русский словарь: 40000сл. Сост. В.Мюллер, С.Боянус. – М.: Локид-Пресс, Минск, Современ. слово, 2005 – 687с.
4. Аракин В.Д. Англо-русский словарь: Ок.40000 сл. и 60000 словосочетаний. – 17е изд., стер. – М.: Руск.яз., 2002-590 с.
5. Минаева Л.В. Англо-русский словарь: ок.25000 сл и 70000 словосочетаний – 7е изд., испр. – М.:Русс. Яз.Медиа, 2004- 633с.

б). Дополнительная:

1. Венявская В.М. Английский язык. Страноведение : учеб. для студентов вузов соответствует Гос. образоват. стандарту : утв. М-вом образования РФ = Across the countries and continents / В.М. Венявская. - Ростов н/Д: Феникс, 2009. - 444 с.: ил.
2. Голицынский Ю. Грамматика : сб. упражнений / Ю. Голицынский, Н. Голицынская. - Изд. 7-е, испр. и доп. - СПб.: Каро, 2010. - 575 с.: табл.
3. Р.С. Довганенко. Английский язык. Пособие по аудированию. М.,2006.
4. DVD film “History of the Olympic Games”

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

[bbc.co.uk news](http://bbc.co.uk/news), [BBC Learning English](http://BBC Learning English), [elllo.org-English Listening](http://elllo.org-English Listening)

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

– *программное обеспечение дисциплины (модуля):*

- Операционная система – Microsoft Windows.
- Офисный пакет приложений – Microsoft Office Standard.
- Локальная антивирусная программа - Dr.Web.
- Программа отображения и обработки файлов в формате печатного документа - Adobe Acrobat DC.
- Информационно-правовое обеспечение – Гарант.

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

- Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru/>.
- Реестр примерных основных программ Министерства образования и науки Российской Федерации <http://fgosreestr.ru/>.
- Реестр профстандартов Минтруда РФ <http://profstandart.rosmintrud.ru/>.
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru/>.
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>.
- Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet и подключением к правовой системе «Гарант» (настольная или интернет-версия).
2. Учебные аудитории для проведения занятий семинарского (практического) типа, самостоятельной работы обучающихся,

индивидуальных и групповых консультаций с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.



## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине (модулю) **Иностранный язык (профессиональный)** для обучающихся института\_Спорта\_2\_курса (1-3 поток), \_\_\_ группы направления подготовки/профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес*

*очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: \_\_Иностранных языков и лингвистики

Сроки изучения дисциплины (модуля): \_\_3, 4 семестр (ы) очная форма обучения

Форма промежуточной аттестации: *зачет с оценкой.*

### 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 по теме «Тренировочный процесс»              | 1-4  | 10                         |
| 2 | Выступление по теме «Спортивные технологии»              | 5-7  | 10                         |

|    |   |                           |                   |
|----|---|---------------------------|-------------------|
| 3  | Выступление по теме « <b>Роль тренера в подготовке спортсмена</b> » | 8-12                      | 10                |
| 4  | Выступление по теме « <b>Моя специализация</b> »                    | 13-14                     | 10                |
| 5  | <i>Лексико-грамматический тест №1,2 по модулям 1,2</i>              |                           | 10                |
| 6  | <i>Домашнее чтение</i>  | <i>В течение семестра</i> | 10                |
| 7. | <i>Посещение занятий</i>  | <i>В течение семестра</i> | 20                |
| 8. | <b>Зачет с оценкой</b>  |                           | <b>20</b>         |
|    | <b>ИТОГО</b>  |                           | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>                          | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|---|-----------------------------------|
|          | Контрольная работа №1 по разделу(модулю) 3                          | 10                                |
|          | Выступление по теме « <b>Спортивные технологии</b> »                | 10                                |
|          | Выступление по теме « <b>Тренировочный процесс</b> »                | 10                                |
|          | Выступление по теме « <b>Роль тренера в подготовке спортсмена</b> » | 10                                |
|          | Выступление по теме « <b>Моя специализация</b> »                    | 10                                |
|          | Домашнее чтение   | 25                                |
|          |   |                                   |

### **III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ**

- Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.
- По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

## V. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающихся экзаменом

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

### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам (модулям), завершающимся зачетом

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

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

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

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



Институт Гуманитарный  
Кафедра иностранных языков и лингвистики

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### **Б1.О.20 «Иностранный язык (профессиональный)»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **43.03.01 Физическая культура**

(код и наименование)

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019г

### 1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) :

#### очная форма обучения

составляет 4 зачетных единиц, 144 академических часа.

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

3,4 семестр – очное отделение

### 3. Цель освоения дисциплины (модуля):

-повышение исходного уровня владения иностранным языком и обучение практическому владению разговорно-бытовой речью и языком специальности для активного применения иностранного языка, как в повседневном, так и в профессиональном общении, а также в дальнейшем самообразовании

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |
|---|---|--|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Заочная форма обучения                         |
| 1   | 2   | 3  |
| УК-3  | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде   | 4  |
| УК-3.1  | Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия  | 4  |
| УК-3.2.   | Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе.   | 4  |
| УК-3.3.   | Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.                           | 4  |
| УК 4  | Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах) | 4  |
| УК-4.1.   | Знает общеупотребительную лексику и систему современного иностранного языка; нормы словоупотребления; основы грамматики; орфографические          | 4  |



|                          |                                      |   |  |           |           |  |                    |
|--------------------------|--------------------------------------|---|--|-----------|-----------|--|--------------------|
| 1                        | Тренировочный процесс                | 3 |  | 10        | 15        |  |                    |
| 2                        | Спортивные технологии                | 3 |  | 10        | 15        |  |                    |
| 3                        | Тест №1 по модулю 3                  | 3 |  | 12        | 10        |  |                    |
| 4.                       | Роль тренера в подготовке спортсмена | 4 |  | 10        | 15        |  |                    |
| 5                        | Моя специализация                    | 4 |  | 10        | 10        |  |                    |
| 6                        | Тест №2 по модулю 4                  | 4 |  | 6         | 10        |  |                    |
| 7.                       | Домашнее чтение                      | 4 |  | 6         | 5         |  |                    |
|                          |                                      |   |  |           |           |  | Зачет с<br>оценкой |
| <b>Итого часов: 144ч</b> |                                      |   |  | <b>64</b> | <b>80</b> |  |                    |

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 методика велосипедного, мотоциклетного и  
автомобильного спорта**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.21 Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и  
автомобильного спорта»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и  
автомобильном спорте

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением Экспертно-методического совета  
Института спорта и физического воспитания  
Протокол № 1 от «26» сентября 2019г.

Составители:

Ананьин А.С. - к.пед.н., преподаватель кафедры теории и методики волейбола;

Клецов К.Г. – к.пед.н., доцент кафедры теории и методики танцевального спорта;

Булыкина Л.В. – к.пед.н., доцент, заведующая кафедрой теории и методики волейбола;

Мартыненко И.В. – к.пед.н., доцент, заведующий кафедрой теории и методики конькобежного спорта, фигурного катания на коньках и кёрлинга;

Моисеев А.Б. – к.пед.н., доцент, доцент кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных единоборств;

Новикова Л.А. – к.пед.н., доцент, директор Института спорта и физического воспитания, заведующая кафедрой теории и методики гимнастики;

Рыжкова Л.Г. – д.пед.н., доцент, профессор кафедры теории и методики фехтования, современного пятиборья и восточных единоборств;

Соловьев В.Б. – к.пед.н., доцент, доцент кафедры теории и методики тяжелоатлетических видов спорта им. А.С. Медведева.

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины является изучение студентами учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», владеющих теоретическими знаниями научных достижений в спортивной подготовке в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, для работы в организациях, осуществляющих спортивную подготовку по избранному виду спорта.

Дисциплина реализуется на русском языке.

## **2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы ООП (ОПОП) бакалавриата**

Дисциплина относится к обязательной части дисциплин блока Б1 учебного плана основной образовательной программы (ООП) бакалавриата. Особое место данной дисциплины в подготовке бакалавра, обусловлено необходимостью формирования у выпускников современных взглядов, при решении сложных задач в различных ситуациях их спортивно-педагогической деятельности в области избранного вида спорта.

Исходный уровень для освоения дисциплины определяется требованиями вступительных испытаний при поступлении в университет.

Изучение курса дисциплины тесно связано с такими дисциплинами учебного плана, как «Спортивно-педагогическое совершенствование», «Технология спортивной тренировки в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорта», «Теория и методика физической культуры», «Теория спорта», «Педагогика физической культуры и спорта», «Психология физической культуры и спорта», «Физиология спорта», «Спортивная биомеханика» и «Спортивная метрология», «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта», «Спортивная медицина» и др. Формирование профессиональных компетенций завершается в ходе практик.

Итоговая оценка сформированности компетенций осуществляется в ходе ГИА.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |
|---|---|--|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения                           |
| 1   | 2   | 3  |
| <b>ОПК-1</b>  | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</i>              | 3-7  |
| ОПК-1.1.  | Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. | 3, 4, 5, 6                                     |
| ОПК-1.2.  | Знает влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса.   |  |
| ОПК-1.12.   | Знает специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования.   |  |
| ОПК-1.13.   | Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок.  |  |
| ОПК-1.15.   | Знает документы планирования спортивной подготовки в ИВС.   |  |
| ОПК-1.17.   | Знает виды и технологию планирования и организации тренировочного процесса в ИВС.   |  |
| ОПК-1.18.   | Умеет дифференцировать занимающихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.  |  |
| ОПК-1.25.   | Умеет определять задачи тренировочного процесса, подбирать средства и методы их решения в ИВС.  |  |
| ОПК-1.26.   | Умеет раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных  |  |

|              |  |                |
|--------------|--|----------------|
|              | упражнений (приемов) в ИВС.  |                |
| ОПК-1.27.    | Умеет планировать содержание тренировочных занятий по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся, с учетом материально-технического оснащения.               |                |
| ОПК-1.29.    | Имеет опыт планирования спортивной подготовки в ИВС.   | 6, 7           |
| <b>ОПК-2</b> | <b><i>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</i></b>   | <b>4, 6, 7</b> |
| ОПК-2.3.     | Знает особенности спортивного отбора на разных этапах спортивной подготовки.   | 4, 6           |
| ОПК-2.5.     | Знает научно-методические основы спортивного отбора в ИВС.   |                |
| ОПК-2.7.     | Умеет проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов.   |                |
| ОПК-2.9.     | Умеет использовать критерии спортивного отбора в процессе спортивной подготовки в ИВС.   |                |
| ОПК-2.10.    | Умеет использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию. |                |
| ОПК-2.11.    | Умеет использовать методики оценки уровня мотивации и психологической готовности к занятиям ИВС.   |                |
| ОПК-2.15.    | Имеет опыт проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС.  | 7              |
| <b>ОПК-4</b> | <b><i>Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</i></b>                              | <b>1-7</b>     |
| ОПК – 4.1.   | Знает историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке, образовании.  | 1, 2, 3, 5     |
| ОПК – 4.2.   | Знает терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС.  |                |
| ОПК – 4.3.   | Знает технику спортивных упражнений (приемов) в ИВС.   |                |
| ОПК – 4.4.   | Знает методику обучения технике спортивных упражнений (приемов) в ИВС.   |                |
| ОПК – 4.5.   | Знает средства и методы видов подготовки в ИВС.  |                |
| ОПК – 4.6.   | Знает особенности проведения тренировочных занятий и соревнований в ИВС.   |                |
| ОПК – 4.7.   | Умеет подготовить материалы, организовать и провести теоретические занятия по ИВС.   | 3, 5           |
| ОПК – 4.8.   | Умеет обучать технике выполнения упражнений (приемов) в ИВС.   |                |
| ОПК – 4.9.   | Умеет оценивать качество выполнения упражнений (приемов) в ИВС, определять ошибки в технике,   |                |

|              |   |            |
|--------------|---|------------|
|              | подбирать приемы и средства их устранения.  |            |
| ОПК – 4.10.  | Умеет проводить тренировочные занятия различной направленности в ИВС.   |            |
| ОПК – 4.11.  | Умеет организовывать участие спортсменов в соревнованиях по ИВС.  |            |
| ОПК – 4.12.  | Имеет опыт подготовки и проведения теоретических занятий в ИВС.   |            |
| ОПК – 4.13.  | Имеет опыт подготовки и проведения тренировочных занятий различной направленности в ИВС.  | 3, 4, 6, 7 |
| ОПК – 4.14.  | Владеет техникой выполнения упражнений (приемов) избранного вида спорта.  |            |
| ОПК – 4.15.  | Имеет опыт организации участия спортсменов в соревнованиях по ИВС в качестве представителя команды.   |            |
| <b>ОПК-7</b> | <b>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</b>  |            |
| ОПК-7.5.     | Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности.   | 1          |
| ОПК-7.5.     | Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности.   |            |
| ОПК-7.7.     | Знает правила безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по ИВС.   |            |
| ОПК-7.8.     | Знает приемы помощи и страховки при проведении занятий по ИВС.  |            |
| ОПК-7.9.     | Умеет обеспечивать технику безопасности на занятиях ИВС.  |            |
| ОПК-7.12.    | Умеет осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.  | 4          |
| ОПК-7.13.    | Умеет проводить мероприятия по правилам техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря.   |            |
| ОПК-7.15.    | Имеет опыт проведения мероприятий с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил.                                  |            |
| ОПК-7.16.    | Имеет опыт обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по ИВС.  |            |
| <b>ОПК-9</b> | <b>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</b> | <b>7</b>   |
| ОПК-9.1.     | Знает методы измерения и оценки физического развития, двигательных качеств занимающихся.  | 7          |

|               |  |                |
|---------------|--|----------------|
| ОПК-9.6.      | Знает роль и основные слагаемые педагогического контроля, его взаимосвязь с медико-биологическим контролем.  |                |
| ОПК-9.7.      | Знает методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных.   |                |
| ОПК-9.10.     | Знает нормативные требования и показатели подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта. |                |
| ОПК-9.11.     | Знает методики контроля и оценки подготовленности и психического состояния занимающихся в ИВС.   |                |
| ОПК-9.17.     | Умеет оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена в ИВС, использовать методы оценки волевых качеств спортсмена в ИВС.                     |                |
| ОПК-9.18.     | Умеет подбирать контрольные упражнения для оценки параметров подготовленности занимающихся.  |                |
| ОПК-9.19.     | Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса в ИВС.                 |                |
| ОПК-9.20.     | Умеет использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов.  |                |
| ОПК-9.21.     | Умеет использовать систему нормативов и методик контроля подготовленности занимающихся в ИВС и интерпретировать результаты.                            |                |
| ОПК-9.22.     | Имеет опыт осуществления контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития и подготовленности.                                 |                |
| ОПК-9.23.     | Имеет опыт осуществления контроля с использованием методов определения и оценки психического состояния занимающихся.                                   |                |
| ОПК-9.24.     | Имеет опыт проведения анализа и интерпретации результатов контроля занимающихся в ИВС.   |                |
| <b>ОПК-11</b> | <b><i>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</i></b>        | <b>4, 6, 8</b> |
| ОПК-11.1      | Знает современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта.   |                |
| ОПК-11.7.     | Знает актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности спортивной подготовки в ИВС.  | 4              |
| ОПК-11.8.     | Умеет самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления спортивной подготовки в ИВС.                         |                |
| ОПК-11.9.     | Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле,                         | 6              |

|                |   |          |
|----------------|---|----------|
|                | методическом обеспечении спортивной подготовки в ИВС.   |          |
| ОПК-11.10.     | Умеет анализировать и оценивать эффективность спортивной подготовки в ИВС.  |          |
| ОПК-11.11.     | Умеет определять задачи научного исследования в ИВС подбирать и использовать методы исследования в ИВС.   |          |
| ОПК-11.12.     | Умеет использовать комплексный контроль физического состояния и подготовленности спортсменов в ИВС.   |          |
| ОПК-11.13.     | Умеет статистически обрабатывать данные, анализировать и интерпретировать результаты исследований в ИВС.  |          |
| ОПК-11.15.     | Имеет опыт использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, контроля и методического обеспечения спортивной подготовки.     | 8        |
| ОПК-11.16.     | Имеет опыт выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.                            |          |
| ОПК-11.17.     | Имеет опыт публичной защиты результатов собственных научных исследований.   |          |
| <b>ОПК-13</b>  | <b><i>Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.</i></b>   | <b>3</b> |
| ОПК-13.1.      | Знает виды и организацию соревнований в ИВС.  | 3        |
| ОПК-13.2.      | Знает правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения.  | 3        |
| ОПК-13.3.      | Знает требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий.  |          |
| ОПК-13.4.      | Знает положение или регламент и расписание спортивных соревнований.   |          |
| ОПК-13.5.      | Знает методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. |          |
| ОПК-13.6.      | Умеет планировать проведение спортивных соревнований и физкультурно-спортивных мероприятий.   |          |
| ОПК-13.7.      | Умеет определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия.                                  |          |
| <b>ОПК-14.</b> | <b><i>Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</i></b>   | <b>7</b> |
| ОПК-14.4.      | Знает федеральные стандарты спортивной  | 7        |

|               |  |             |
|---------------|--|-------------|
|               | подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине).   |             |
| ОПК-14.6.     | Знает показатели, характеризующие эффективность тренировочной деятельности в ИВС.  |             |
| ОПК-14.7.     | Знает особенности оценивания процесса и результатов тренировочной деятельности в ИВС.  |             |
| <b>ОПК-15</b> | <b><i>Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.</i></b>            | <b>1, 8</b> |
| ОПК-15.1      | Знает классификацию, устройство и особенности спортивных сооружений в ИВС.   |             |
| ОПК-15.2.     | Знает правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники.   |             |
| ОПК-15.3.     | Знает требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС.   | 1           |
| ОПК-15.4.     | Знает способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.                 |             |
| ОПК-15.8.     | Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия. | 8           |



#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 46 зачетных единиц, 1656 академических часов

##### очная форма обучения

| №                           | Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»                          | Семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-----------------------------|---|----------|--|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                             |   |          | Занятия лекционного типа   | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>I курс<br/>1 семестр</b> | <b>Всего: 288 часов<br/>(8 зачетных единиц)</b>   | <b>1</b> | <b>10</b>  | <b>106</b>                | <b>172</b>             |          | <b>Зачет</b>                                  |
| <b>1</b>                    | <b>Раздел 1. Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта»</b>               | <b>1</b> | <b>2</b>   | <b>28</b>                 | <b>40</b>              |          |   |
| 1.1.                        | Цель, задачи и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»                 | 1        | 1  | 10                        | 10                     |          |   |
| 1.2.                        | Роль и значение избранного вида спорта в системе физического воспитания и спортивной подготовки | 1        | 1  | 18                        | 30                     |          |   |
| <b>2</b>                    | <b>Раздел 2. Общая характеристика избранного вида спорта</b>                                    | <b>1</b> | <b>6</b>   | <b>52</b>                 | <b>70</b>              |          |   |
| 2.1.                        | История избранного вида спорта и его современное состояние                                      | 1        | 2  | 8                         | 16                     |          |   |
| 2.2.                        | Эволюция правил соревнований по избранному виду спорта  | 1        | 2  | 16                        | 20                     |          |   |
| 2.3.                        | Терминология избранного вида спорта   | 1        | 2  | 12                        | 14                     |          |   |
| 2.4.                        | Условия спортивной деятельности в избранном виде спорта   | 1        | -  | 6                         | 10                     |          |   |
| 2.5.                        | Техника безопасности в избранном виде спорта  | 1        | -  | 10                        | 10                     |          |   |

|  |  |          |           |            |            |          |                |
|--|--|----------|-----------|------------|------------|----------|----------------|
| <b>3</b>   | <b>Раздел 3. Техника упражнений в избранном виде спорта</b>  | <b>1</b> | <b>2</b>  | <b>26</b>  | <b>62</b>  |          |                |
| 3.1.   | Теоретические основы техники упражнений в избранном виде спорта  | 1        | 2         | 26         | 62         |          |                |
| <b>I курс<br/>2 семестр</b>                                | <b>Всего: 288 часов<br/>(8 зачетных единиц)</b>  | <b>2</b> | <b>10</b> | <b>102</b> | <b>167</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b> |
| <b>3</b>   | <b>Раздел 3. Техника упражнений в избранном виде спорта</b>  | <b>2</b> | <b>8</b>  | <b>82</b>  | <b>139</b> |          |                |
| 3.2.   | Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта  | 2        | 8         | 82         | 139        |          |                |
| <b>4</b>   | <b>Раздел 4. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов</b> | <b>2</b> | <b>2</b>  | <b>20</b>  | <b>28</b>  |          |                |
| 4.1.   | Задачи и организация НИР и УИР студентов   | 2        | 2         | 20         | 28         |          |                |
| <b>Всего за I курс: 576 часов<br/>(16 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>208</b> | <b>339</b> | <b>9</b> |                |
| <b>II курс<br/>3 семестр</b>                               | <b>Всего:180 часов<br/>(5 зачетных единиц)</b>   | <b>3</b> | <b>10</b> | <b>90</b>  | <b>80</b>  |          | <b>Зачет</b>   |
| <b>5</b>   | <b>Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта</b>        | <b>3</b> | <b>6</b>  | <b>34</b>  | <b>38</b>  |          |                |
| 5.1.   | Теоретические основы методики обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта    | 3        | 2         | 10         | 12         |          |                |
| 5.2.   | Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта                         | 3        | 4         | 24         | 26         |          |                |
| <b>6</b>   | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>3</b> | <b>4</b>  | <b>56</b>  | <b>42</b>  |          |                |
| 6.1.   | Физическая подготовка в избранном виде спорта  | 3        | 2         | 36         | 24         |          |                |
| 6.2.   | Психологическая подготовка в избранном виде спорта   | 3        | 2         | 20         | 18         |          |                |
| <b>II курс<br/>4 семестр</b>                               | <b>Всего:180 часов<br/>(5 зачетных единиц)</b>   | <b>4</b> | <b>10</b> | <b>78</b>  | <b>83</b>  | <b>9</b> |                |

|   |  |          |           |            |            |          |                       |
|---|--|----------|-----------|------------|------------|----------|-----------------------|
| <b>6</b>  | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>4</b> | <b>2</b>  | <b>30</b>  | <b>20</b>  |          |                       |
| 6.3.  | Техническая и тактическая подготовка в избранном виде спорта   | 4        | 2         | 30         | 20         |          |                       |
| <b>7</b>  | <b>Раздел 7. Система многолетней подготовки в избранном виде спорта</b>                                      | <b>4</b> | <b>2</b>  | <b>8</b>   | <b>18</b>  |          |                       |
| 7.1.  | Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие   | 4        | 2         | 8          | 18         |          |                       |
| <b>8</b>  | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                           | <b>4</b> | <b>6</b>  | <b>40</b>  | <b>45</b>  |          |                       |
| 8.1.  | Основы системы управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта                                     | 4        | 2         | 6          | 14         |          |                       |
| 8.2.  | Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта         | 4        | 2         | 18         | 16         |          |                       |
| 8.3.  | Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта   | 4        | 2         | 16         | 15         |          |                       |
| <b>Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>168</b> | <b>163</b> | <b>9</b> | <b>Зачет, Экзамен</b> |
| <b>III курс<br/>5 семестр</b>                           | <b>Всего:216 часов (6 зачетных единиц)</b>   | <b>5</b> | <b>10</b> | <b>90</b>  | <b>116</b> |          |                       |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9. Спортивный отбор в избранном виде спорта</b>  | <b>5</b> | <b>4</b>  | <b>28</b>  | <b>42</b>  |          |                       |
| 9.1.  | Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки в избранном виде спорта                           | 5        | 2         | 10         | 16         |          |                       |
| 9.2.  | Особенности спортивного отбора и ориентации на различных этапах спортивной подготовки                        | 5        | 2         | 18         | 26         |          | <b>Зачет</b>          |
| <b>7</b>  | <b>Раздел 7. Система многолетней подготовки в избранном виде спорта</b>                                      | <b>5</b> | <b>2</b>  | <b>16</b>  | <b>24</b>  |          |                       |
| 7.2.  | Поурочные программы как система программирования и управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта | 5        | 2         | 16         | 24         |          |                       |

|  |  |          |           |            |            |          |                               |
|--|--|----------|-----------|------------|------------|----------|-------------------------------|
| <b>8</b>   | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                       | <b>5</b> | <b>4</b>  | <b>40</b>  | <b>38</b>  |          |                               |
| 8.2.   | Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта     | 5        | 2         | 20         | 20         |          |                               |
| 8.3.   | Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта   | 5        | 2         | 20         | 18         |          |                               |
| <b>4</b>   | <b>Раздел 4. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов</b> | <b>5</b> | <b>-</b>  | <b>6</b>   | <b>12</b>  |          |                               |
| 4.2.   | Особенности подготовки и написания курсовой работы   | 5        | -         | 6          | 12         |          |                               |
| <b>III курс<br/>6 семестр</b>                                | <b>Всего:252 часа<br/>(7 зачетных единиц)</b>  | <b>6</b> | <b>10</b> | <b>100</b> | <b>133</b> | <b>9</b> |                               |
| <b>8</b>   | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                       | <b>6</b> | <b>8</b>  | <b>74</b>  | <b>95</b>  |          |                               |
| 8.4.   | Управление тренировочной деятельностью в избранном виде спорта   | 6        | 4         | 38         | 48         |          |                               |
| 8.5.   | Управление соревновательной деятельностью в избранном виде спорта  | 6        | 4         | 36         | 47         |          |                               |
| <b>6</b>   | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>6</b> | <b>2</b>  | <b>26</b>  | <b>38</b>  |          |                               |
| 6.4.   | Теоретическая подготовка в избранном виде спорта   | 6        | -         | 8          | 14         |          |                               |
| 6.5.   | Интегральная подготовка в избранном виде спорта  | 6        | 2         | 18         | 24         |          |                               |
| <b>Всего за III курс: 468 часов<br/>(13 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>190</b> | <b>249</b> | <b>9</b> | <b>Зачет,<br/>Экзамен, КР</b> |
| <b>IV курс<br/>7 семестр</b>                                 | <b>Всего:144 часа<br/>(4 зачетных единицы)</b>   | <b>7</b> | <b>-</b>  | <b>58</b>  | <b>86</b>  |          |                               |
| <b>8</b>   | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                       | <b>7</b> | <b>-</b>  | <b>36</b>  | <b>54</b>  |          | <b>Зачет</b>                  |
| 8.6.   | Моделирование спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 7        | -         | 18         | 30         |          |                               |

|   |  |          |            |            |            |          |   |
|---|--|----------|------------|------------|------------|----------|---|
| 8.7.  | Прогнозирование спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 7        | -          | 18         | 24         |          |   |
| <b>10</b>   | <b>Раздел 10. Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта</b>                              | <b>7</b> | <b>-</b>   | <b>22</b>  | <b>32</b>  |          |   |
| 10.1.   | Научно-исследовательское и научно-методическое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта | 7        | -          | 12         | 16         |          |   |
| 10.2.   | Материально-техническое и кадровое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта             | 7        | -          | 10         | 16         |          |   |
| <b>IV курс<br/>8 семестр</b>                              | <b>Всего:108 часов<br/>(3 зачетных единицы)</b>  | <b>8</b> |            | <b>58</b>  | <b>41</b>  | <b>9</b> |   |
| <b>10</b>   | <b>Раздел 10. Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта</b>                              | <b>8</b> | <b>-</b>   | <b>28</b>  | <b>21</b>  |          |   |
| 10.3.   | Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спортивной подготовке в избранном виде спорта           | 8        | -          | 28         | 21         |          | Экзамен                                   |
| <b>11</b>   | <b>Раздел 11<br/>Профессионально-педагогическая деятельность тренера по избранному виду спорта</b>       | <b>8</b> | <b>-</b>   | <b>30</b>  | <b>20</b>  |          |   |
| <b>Всего за IV курс: 252 часа<br/>(7 зачетных единиц)</b> |  |          |            | <b>116</b> | <b>127</b> | <b>9</b> | <b>Зачет,<br/>Экзамен</b>                 |
| <b>Всего: 1656 часа<br/>(46 зачетные единицы)</b>         |  |          | <b>742</b> | <b>878</b> | <b>36</b>  |          | <b>4 зачета,<br/>4 Экзамена,<br/>1 КР</b> |

## **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

5.2.1. Содержание зачетных требований для студентов в I семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Биомеханическая характеристика упражнений в избранном виде спорта.
2. История развития и современное состояние избранного вида спорта. Участие и достижения отечественных спортсменов на чемпионатах мира и Олимпийских играх (при наличии).
3. Классификация и общая характеристика соревновательных упражнений в избранном виде спорта.
4. Классификация и ранжирование средств подготовки в избранном виде спорта.
5. Международные и Всероссийские правила соревнований по избранному виду спорта. Судейские понятия и термины в избранном виде спорта.
6. Основы организации и проведения соревнований по избранному виду спорта, виды соревнований. Функциональные обязанности судей.
7. Особенности подготовки тренерских кадров по избранному виду спорта в образовательных организациях высшего образования.

8. Правила безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по избранному виду спорта. Приемы помощи и страховки при проведении занятий по избранному виду спорта.

9. Современное состояние и тенденции развития избранного вида спорта в мире и Российской Федерации.

10. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в избранном виде спорта. Техническое обслуживание инвентаря и оборудования для занятий избранным видом спорта.

11. Факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности и их предупреждение в избранном виде спорта.

12. Федерации по избранному виду спорта в РФ: цель, задачи, уставные документы, структура, организация работы, международные связи.

13. Характеристика избранного вида спорта и его прикладное значение.

14. Характеристика упражнений в избранном виде спорта. Систематика упражнений избранного вида спорта.

15. Эволюция техники соревновательных упражнений в избранном виде спорта и ее влияние на подготовку спортсменов.

5.2.2. Содержание экзаменационных требований для студентов во II семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Динамические характеристики движений в избранном виде спорта.  
2. Задачи научно-исследовательской работы в избранном виде спорта.  
3. Значение учебно-исследовательской работы студентов в подготовке бакалавров по избранному виду спорта.

4. Кинематические характеристики движений в избранном виде спорта.

5. Компоненты техники соревновательных упражнений в избранном виде спорта.

6. Критерии эффективности техники упражнений в избранном виде спорта.

7. Методики, применяемые при выполнении научно-исследовательских работ в избранном виде спорта.

8. Методологические аспекты построения теории избранного вида спорта.

9. Методы научного исследования, применяемые в избранном виде спорта.

10. Методы сбора научных данных о различных сторонах деятельности в избранном виде спорта.

11. Направления совершенствования системы подготовки спортсменов в избранном виде спорта

12. Основные направления научных исследований в избранном виде спорта.

13. Рациональная техника соревновательных упражнений избранного вида спорта.

14. Системы регистрации биомеханических характеристик техники выполнения упражнений в избранном виде спорта.

15. Техника упражнений в избранном виде спорта как отражение диалектической взаимосвязи формы и содержания движений. Внешняя и внутренняя структура действий спортсменов в избранном виде спорта.

5.2.3. Содержание зачетных требований для студентов в III семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. . Характеристика основных методов обучения технике упражнений избранном виде спорта. Основные формы организации процесса обучения технике упражнений избранном виде спорта.



2. Ведущие физические качества в избранном виде спорта. Факторы, влияющие на проявление физических (двигательных) качеств в избранном виде спорта.

3. Двигательные умения и навыки в избранном виде спорта. Перенос навыков и его учет при построении обучения технике упражнений в избранном виде спорта.

4. Задачи, средства и методы физической подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

5. Метод направленного сопряжения как основа взаимодействия процессов совершенствования техники и физических качеств спортсмена в избранном виде спорта.

6. Методика измерения (определения) физической подготовленности спортсмена в избранном виде спорта.

7. Методическая последовательность (различные варианты) в изучении и совершенствовании техники упражнений в избранном виде спорта.

8. Основы волевой подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

9. Основы методики развития физического качества (на выбор) в избранном виде спорта.

10. Особенности методики физической подготовки спортсменов различной квалификации, пола, возраста в избранном виде спорта.

11. Особенности программирования процесса обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта.

12. Применение дидактических принципов при обучении в избранном виде спорта.

13. Специфика управления предстартовыми состояниями спортсмена в избранном виде спорта.

14. Формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта.

15. Этап начального разучивания: цели и задачи; методы и методические приемы разучивания упражнений в избранном виде спорта; разучивание упражнения по частям и в целом (слитно).

5.2.4. Содержание экзаменационных требований для студентов в IV семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Вариативность применяемых средств и методов на различных этапах подготовки в избранном виде спорта.
2. Виды планирования спортивной подготовки и их особенности в избранном виде спорта.
3. Задачи, средства и методы технической подготовки в избранном виде спорта.
4. Контрольные нормативы по определению различных сторон подготовленности (на выбор) спортсменов в избранном виде спорта на начальном этапе спортивной подготовки и их учет при подборе величин тренировочных нагрузок.
5. Критерии и параметры технической подготовленности спортсменов в избранном виде спорта
6. Объекты и виды контроля в спортивной подготовке в избранном виде спорта
7. Основы построения и содержание макроцикла подготовки на начальном этапе спортивной подготовки в избранном виде спорта.
8. Особенности методики проведения тренировочных занятий в группах начальной подготовки в избранном виде спорта.
9. Особенности построения спортивной подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта.
10. Оценка и реализация тактической подготовленности спортсменов в избранном виде спорта.
11. Периодизация спортивной подготовки в избранном виде спорта.

12. Совершенствование тактического мышления спортсменов в избранном виде спорта.

13. Содержание и направленность тренировочного процесса в группах начальной подготовки в избранном виде спорта.

14. Специфические принципы спортивной подготовки в избранном виде спорта.

15. Структура и продолжительность многолетней подготовки спортсменов в избранном виде спорта. Факторы, определяющие структуру многолетней спортивной подготовки в избранном виде спорта.

5.2.5. Содержание зачетных требований для студентов в V семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Виды обследования и контроля состояния спортсменов в избранном виде спорта. Комплексный контроль за состоянием спортсмена в избранном виде спорта.

2. Контроль соревновательных и тренировочных нагрузок на различных этапах спортивной подготовки (на выбор) в избранном виде спорта.

3. Методики тестирования подготовленности (на выбор) в избранном виде спорта.

4. Методические особенности выявления сильнейших и перспективных атлетов в избранном виде спорта на различных этапах спортивной подготовки.

5. Организация и планирование тренировочного процесса (общий годовой план подготовки, программы тренировки; индивидуальные планы отдельных спортсменов, расписание тренировок и т.д.) на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

6. Основы построения и содержание макроциклов подготовки на различных этапах спортивной подготовки (на выбор - тренировочный этап;

этап совершенствования спортивного мастерства; этап высшего спортивного мастерства) в избранном виде спорта.

7. Особенности планирования спортивной подготовки на тренировочном этапе подготовки в избранном виде спорта.

8. Принципы составления поурочных программ на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта

9. Принципы, этапы и критерии спортивного отбора в избранном виде спорта на различных этапах спортивной подготовки.

10. Система отбора как составная часть общей системы подготовки спортсмена. Цель и задачи спортивного отбора в избранном виде спорта на различных этапах спортивной подготовки.

11. Смена состава тренировочных средств как фактор повышения эффективности спортивной подготовки.

12. Содержание и направленность тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

13. Содержание системы управления на различных этапах (на выбор) спортивной подготовки в избранном виде спорта.

14. Формы и методы спортивного отбора в избранном виде спорта на различных этапах спортивной подготовки.

15. Характеристика средств срочной информации в избранном виде спорта.

5.2.6. Содержание экзаменационных требований для студентов в VI семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Актуальные вопросы теории и методики избранного вида спорта на различных этапах спортивной подготовки.

2. Индивидуальный подход при организации тренировочной и соревновательной деятельности средствами интегральной подготовки в избранном виде спорта.

3. Календарь соревнований как документ, определяющий стратегию подготовки в избранном виде спорта.

4. Методика анализа эффективности спортивной подготовки в избранном виде спорта.

5. Методика управления соревновательной деятельностью спортсмена в избранном виде спорта.

6. Основы разработки и реализации тренировочных и соревновательных программ в избранном виде спорта с учетом особенностей занимающихся на различных этапах спортивной подготовки (на выбор).

7. Основы содержания теоретической подготовки на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

8. Основы управления тренировочным процессом в избранном виде спорта.

9. Особенности тренировочной деятельности на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

10. Планирование средств и методов тренировки в зависимости от этапа спортивной подготовки в избранном виде спорта

11. Система учета и анализа тренировочных воздействий в избранном виде спорта.

12. Структура соревновательной деятельности на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

13. Учет и анализ тренировочных нагрузок на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

14. Характеристика тренировочных нагрузок в избранном виде спорта.

15. Цель, задачи и структура интегральной подготовки в избранном виде спорта.

5.2.7. Содержание зачетных требований для студентов в VII семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Блок-схема модели сильнейшего спортсмена в избранном виде спорта.
2. Верификация прогноза в избранном виде спорта. Оценка эффективности и надежности прогноза.
3. Значение и задачи моделирования спортивной деятельности. Особенности моделирования в избранном виде спорта.
4. Значение и задачи прогнозирования спортивных результатов в избранном виде спорта.
5. Инновационные подходы к подготовке спортсменов в избранном виде спорта.
6. Комплексный подход к прогнозированию в избранном виде спорта. Его сущность и содержание
7. Методы прогнозирования спортивных результатов и достижений: метод экспертных оценок, анализ динамики результатов, экстраполяция, их использование в избранном виде спорта.
8. Модельные характеристики тренировочных нагрузок в избранном виде спорта.
9. Обобщенная модель подготовки спортсменов в избранном виде спорта.
10. Особенности программ различных видов обследований спортсменов высокой квалификации (текущее обследование, этапное комплексное обследование, углубленное комплексное обследование, обследование соревновательной деятельности).
11. Прогнозирование одаренности в системе отбора в избранном виде спорта.
12. Система подготовки и совершенствования кадровых ресурсов в избранном виде спорта.
13. Современные аспекты научно-методического обеспечения спортивной подготовки в избранном виде спорта.

1. Требования к материально-техническому и финансовому обеспечению спортивной подготовки в избранном виде спорта.

14. Федеральный стандарт спортивной подготовки по избранному виду спорта. Характеристика спортивной деятельности в избранном виде спорта на различных этапах спортивной подготовки. Требования к отдельным сторонам подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

5.2.8. Содержание экзаменационных требований для студентов в VIII семестре очной формы обучения:

Примерные вопросы:

1. Медико-биологическое сопровождение спортивной подготовки в избранном виде спорта.

2. Организация работы в сборных командах, спортивных школах, училищах олимпийского резерва, коллективах физической культуры и секциях по избранному виду спорта.

3. Основные положения применения восстановительных средств в избранном виде спорта.

4. Особенности фармакологической поддержки на различных этапах многолетней подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

5. Применение различных средств и методов восстановления спортивной работоспособности для оптимизации подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

6. Проблема допинга в избранном виде спорта. Антидопинговый контроль на соревнованиях по избранному виду спорта.

7. Ресурсное и информационное обеспечение в избранном виде спорта.

8. Совершенствование системы подготовки спортивного резерва в избранном виде спорта в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки.

9. Содержание и направленность профессиональной подготовки тренера по избранному виду спорта. Пути совершенствования профессиональных качеств тренера.

10. Составление сметы расходов на основе календаря спортивных мероприятий по избранному виду спорта

11. Средства и методы самоконтроля, оценки процесса и результатов индивидуальной спортивной деятельности в избранном виде спорта.

12. Структура и содержание бизнес-плана физкультурно-спортивной организации в избранном виде спорта.

13. Тренер в системе спортивной деятельности в избранном виде спорта. Факторы, определяющие социально-профессиональный статус тренера.

14. Характеристика групп причин, вызывающих конфликты в профессиональной деятельности тренера. Способы предупреждения и устранения конфликтов в процессе тренировок и соревнований по избранному виду спорта.

15. Характеристика стилей деятельности тренера. Особенности взаимоотношений тренера со спортсменами, характер речевого общения, личностные качества тренера. Индивидуальный стиль деятельности.



### **5.2.9. Примерная тематика курсовых работ для студентов III курса очного обучения:**

1. Биомеханический анализ техники выполнения упражнений в избранном виде спорта. Определение количественных характеристик различных параметров техники выполнения упражнений в избранном виде спорта, их ранжирование по значимости. Определение модельных характеристик техники выполнения упражнений в избранном виде спорта, промежуточные модели техники атлетов различных квалификаций.

2. Определение наиболее стабильных и наиболее изменяемых элементов техники, разработка тестов и критериев оценки состояния техники выполнения упражнений в избранном виде спорта.

3. Анатомо-морфологические и физиологические особенности спортсменов в избранном виде спорта.

4. Система соревнований в избранном виде спорта.

5. Методика обучения в избранном виде спорта.

6. Средства и методы восстановления спортсмена в избранном виде спорта.

7. Методика физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки (на выбор) в избранном виде спорта.

8. Профилактика травматизма в избранном виде спорта.

9. Управление процессом спортивной подготовки в избранном виде спорта.

10. Определение уровня (технической, физической, психической и тактической, интегральной) подготовленности в избранном виде спорта.

11. Разработка методик контроля за состоянием тренируемой системы в избранном виде спорта.

12. Планирование тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

13. Модели спортивной подготовки в избранном виде спорта.

14. Прогнозирование спортивных результатов в избранном виде спорта.

15. Спортивный отбор на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта.

#### **5.2.10. Примерная тематика выпускных квалификационных работ:**

1. Пути решения актуальных проблем в избранном виде спорта.  
2. Инновации в методике обучения в избранном виде спорта.  
3. Методики повышения уровня подготовленности спортсмена в избранном виде спорта.

4. Модели соревновательной деятельности в избранном виде спорта.

5. Модельные характеристики спортсмена в избранном виде спорта.

6. Планирование тренировочных нагрузок в избранном виде спорта и их взаимовлияние.

7. Прогнозирование спортивных достижений в избранном виде спорта.

8. Рационализация питания спортсменов в избранном виде спорта.

9. Система соревнований как составная часть многолетней подготовки спортсменов в избранном виде спорта.

10. Система фармакологической поддержки спортсменов в тренировочном процессе и соревнованиях по избранному виду спорта.

11. Содержание и направленность тренировочного процесса в различных группах ДЮСШ по избранному виду спорта.

12. Содержание периодов и этапов годового цикла тренировочного процесса спортсменов в избранном виде спорта на различных этапах многолетней подготовки.

13. Содержание тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки спортсменов.

14. Тренажерные технологии и их использование в тренировочном процессе в избранном виде спорта.

15. Управление процессом спортивной подготовки спортсменов различной квалификации в избранном виде спорта.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта».**

**а) Основная литература:**

1. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В. Верхошанский. - [3-е изд.]. - М.: Сов. спорт, 2013. - 216 с.: ил.
2. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса [Электронный ресурс] / Ю.В. Верхошанский. - 2-е изд., стер. - М.: Спорт, 2019. - 184 с. - (Олимпийское образование). - ISBN 978-5-907225-03-9.- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/704134>
3. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена : основы теории и методики воспитания / В.М. Зациорский. - [4-е изд.]. - М.: Спорт, 2019. - 198 с.: ил.
4. Иссурин, В.Б. Подготовка спортсменов 21 : науч. основы и построение тренировки / В.Б. Иссурин. - М.: Спорт, 2016. - 460 с.: ил., табл.
5. Иссурин, В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация : [монография] / В.Б. Иссурин, [пер. с англ. И.В. Шаробайко]. - М.: Спорт, 2017. - 236 с.: табл.
6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: [учебник для вузов физ. культуры и спорта] / Л.П. Матвеев. - 6-е изд. - М.: Спорт, 2019. - 344 с. - (Олимпийское образование). - ISBN 978-5-907225-00-8. - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/704132>
7. Методика специальной физической подготовки [Электронный ресурс]: метод. рекомендации / В.Я. Бунин, В.П. Полянский, А.В. Животягина - М.: РГУФКСМиТ, 2015. - 37 с. - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/335572>

8. Платонов, В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов [Электронный ресурс]: [монография] / В.Н. Платонов. - М.: Спорт, 2019. - 656 с. : ил. - Библиогр.: с. 615-655. - ISBN 978-5-9500183-3-6 - Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/682593>

9. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общ. теория и ее практ. прил. : [учеб. для [тренеров]] : в 2 кн. / В.Н. Платонов. - [Киев]: [Олимп. лит.], [2015]. Кн. 1. - 679 с. - ISBN 978-966-8708-89-3 249313

10. Платонов, В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте : общ. теория и ее практ. прил. : [учеб. для [тренеров]] : в 2 кн. / В.Н. Платонов. - [Киев]: [Олимп. лит.], [2015]. Кн. 2. - 1431 с. - ISBN 978-966-8708-90-9

11. Попов, Г.И. Биомеханика двигательной деятельности : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, обучающихся по направлению "Физ. культура" : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры / Г.И. Попова, А.В. Самсонова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2017. - 315 с.: ил.

12. Попов, Г.И. Научно-методическая деятельность в спорте : учеб. для студентов, обучающихся по направлению "Физ. культура" : квалификация "бакалавр" : рек. эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / Г.И. Попов. - М.: Academia, 2015. - 189 с.: ил.

#### **б) Дополнительная литература:**

1. Багомедов, Х.А. Спортивно-педагогическое совершенствование (ушу) [Электронный ресурс]: метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов /Х.А. Багомедов, В.В. Богатенков, Ю.Л. Орлов.- М. : РГУФКСМиТ, 2016 .- 34 с.- Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/586374>

2. Байковский, Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта (альпинизм, скалолазание, ледолазание, ски-альпинизм, горный

туризм, велотуризм, водный туризм, спелеология, каякинг, каньонинг, бэйсклаймбинг, фрирайд) [Электронный ресурс]: монография / Ю.В. Байковский.- М. : ТВТ Дивизион, 2015.- 304 с. : ил. -Библиогр.: с. 290-303 (174 назв.). - ISBN 978-5-98724-073-1. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/304390>

3. Барчукова, Г.В. Психологическая подготовка спортсменов индивидуально-игровых видов спорта [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Е.В. Романина, Г.В. Барчукова. - М.: Колос-с, 2018.- 135 с. -(Учебники и учебные пособия для студентов высших учебных заведений). - ISBN 978-5-00129-018-6. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/664332>

4. Баталов, А.Г. Лыжный спорт [Электронный ресурс]: Методические рекомендации / А.Г. Баталов, М.Е. Бурдина, Т.И. Раменская. - М.: РГУФКСМиТ, 2014. - 24 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/301930>

5. Бокс. Теория и методика [Электронный ресурс]: учебник / ред.: Ю.А. Шулика, ред.: А.А. Лавров. - М. : Советский спорт, 2009. - 768 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0414-7. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187021>

6. 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>

7. Власова, И. А. Оздоровительный фитнес [Электронный ресурс]: учеб. пособие / О. А. Иваненко, Челяб. гос. ин-т культуры, И. А. Власова. - Челябинск: ЧГИК, 2017.- 161 с. : ил. - ISBN 978-5-94839-628-6. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/651923>

8. Гилленберг, Ю.Ю. Техника и тактика игры в мини-футбол [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.Ю. Гилленберг, И.Ф. Межман..- Самара: Изд-во ПГУТИ, 2016 . - 56 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/565089>

9. Гребля академическая [Электронный ресурс]: программа / Т.В. Михайлова, А.Н. Беркутов, Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2004. - 96 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства). - ISBN 5-85009-943-3. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293666>

10. Гребля на байдарках и каноэ (слалом) [Электронный ресурс]: программа / М.А. Булаев, Ю.В. Слотина, Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2006. - 53 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства). - ISBN 5-9718-146-5. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293665>

11. Губа, В.П. Волейбол [Электронный ресурс] / В.П. Губа. - 413 с. - ISBN 978-5-00129-089-6. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/713605>

12. Губа, В.П. Теория и методика футбола [Электронный ресурс]: учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Спорт, 2018. - 624 с.: ил. - ISBN 978-5-9500179-8-8. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641327>

13. Демченко, Н.С. Спортивно-педагогическое совершенствование (киокусинкай) [Электронный ресурс]: метод. указания, задания и учеб. материал для самостоят. работы студентов / Н.С. Демченко. - М.: РГУФКСМиТ, 2016. - 39 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/586383>

14. Ермаков, А.В. Теория и методика служебно-прикладных единоборств [Электронный ресурс]: Методические рекомендации к лабораторным занятиям / А.В. Ермаков, В.С. Пьянников. - М.: РГУФКСМиТ, 2010. - 28 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/202936>

15. Игнатъева, В.Я. Теория и методика гандбола [Электронный ресурс]: учебник / В.Я. Игнатъева. - М.: Спорт, 2016. - 329 с.: ил. - ISBN 978-5-906839-45-9. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641321>

16. Игуменов, В.М. Спортивно-педагогическое совершенствование (греко-римская борьба) [Электронный ресурс]: метод. указания / В.М. Игуменов, А.А. Колесов, А.В. Шевцов, Г.С. Султанахмедов, М.М. Иванченко. - М.: РГУФКСМиТ, 2015. - 43 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/335580>

17. Илюхин, А. А. Мотоциклетный спорт [Электронный ресурс]: учебник / А. А. Илюхин. - М.: РГУФКСМиТ, 2019. - 841 с.: ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/651831>

18. Илюхин, А.А. Автомобильный спорт: картинг [Электронный ресурс]: учебник для студентов физкультур. вузов, тренеров, слушателей профил. ин-тов повышения квалификации, спортсменов и педагогов доп. образования по автомобил. спорту / Рос. гос. ун-т физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), А.А. Илюхин. - М.: РГУФКСМиТ, 2017. - 703 с.: ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/653985>

19. Керлинг в физическом воспитании студентов вуза: теоретические и практические основы [Электронный ресурс] / В.В. Пономарев. - : [Б.и.], 2014. - 160 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/261054>

20. 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>

21. Конькобежный спорт [Электронный ресурс]: программа / В.П. Кубаткин, Г.М. Панов, Л.Е. Ильина, И.В. Орлова, Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2006. - 65 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 5-9718-0153-8. - ISBN 978-5-9718-0153-8. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/294667>

22. Кugno, Э.Э. Настольный теннис [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для студентов высш. учеб. заведений, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура» / Э.Э. Кugno, К.В. Якимов. - Иркутск: ООО «Мегапринт», 2015. - 103 с. : ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/586512>

23. Легкая атлетика. Многоборье [Электронный ресурс]: программа / А.А. Ушаков, И.Ю. Радчич, В.Б. Зеличенко, Федер. агентство по физ. культуре и спорту.- М. : Советский спорт, 2006. - 57 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 5-9718-0007-8. - ISBN 978-5-9718-0007-8. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293659>

24. Лепёшкин, В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры [Электронный ресурс]: [учеб.-метод. пособие] / В.А. Лепёшкин. - 2-е изд., стер. - М. : Советский спорт, 2013. - 100 с. - ISBN 978-5-9718-0694-3. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/279347>

25. Методические рекомендации по проведению практических занятий на льду по дисциплине «Теория и методика фигурного катания на коньках» [Электронный ресурс] : метод. рекомендации / И.В. Абсалямова, Н.В. Китаева. - М.: РГУФКСМиТ, 2013. - 98 с. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/236405>

26. Митрохина, В. В. Аэробика: теория, методика, практика [Электронный ресурс]: методическое пособие / В. В. Митрохина . - М.: РУДН. - 136 с. - ISBN 978-5-209-3473-5. -Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/179469>

27. Моисеев А.Б. Теория и методика избранного вида спорта (современное пятиборье) [Электронный ресурс]: метод. указания, задания и учеб. материал для практич. занятий / А.Б. Моисеев, В.П. и др. - М.: РГУФКСМиТ, 2012.- 84 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/236421>



28. Новикова, Л.А. Теория и методика технической подготовки в художественной гимнастике [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов, обучающихся по направлению подготовки 49.03.01 «Физ. культура», профиль «Спорт. подготовка в избр. виде спорта» / Л.А. Новикова. - М.: РГУФКСМиТ, 2017. - 118 с.: ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/637421>

29. Основы тренировки в легкой атлетике: учебное пособие [Электронный ресурс] / И.Е. Коновалов, И.Ш. Мутаева, А.А. Черняев: [Б.и.], 2007. - 74 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/242671>

30. Передельский, А. А. Велоспорт и системные основы оптимального управления: Монография [Электронный ресурс] / А.А. Передельский, М.М. Ковылин: [Б.и.], 2012. - 190 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/283084>

31. Плавание [Электронный ресурс]: программа / А.А. Кашкин, О.И. Попов, В.В. Смирнов, Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 978-5-9718-0387-4. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293656>

32. Прыжки в воду. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства [Электронный ресурс]: [программа] / Е.А. Распопова, Гос. комитет РФ по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2004. - 26 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 5-85009-886-0. - ISBN 978-5-85009-886-0. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293655>

33. 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>

34. Современные аспекты спортивной тренировки в триатлоне за рубежом [Электронный ресурс]: [науч.-метод. пособие] / В.А. Аикин, Ю.В. Корягина, Сиб. гос. ун-т физ. культуры и спорта . - Омск: СибГУФК, 2015. - 25 с.: ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/640986>

35. Специальная подготовка виндсерфингистов [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для практ. и самостоят. занятий по дисциплине «Теория и методика избр. вида спорта (гребной и парусный спорт)» / Т.В. Михайлова, К.Н. Епифанов, Е.В. Долгова, Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК). - М. : Колос-с, 2017. - 158 с.: ил. - ISBN 978-5-00129-004-9. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641752>

36. Спорт высших достижений: спортивная гимнастика [Электронный ресурс]: учеб. пособие / ред.: Л.А. Савельева, ред.: Р.Н. Терехина, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. - М.: Человек, 2014. - 149 с. - (Библиотечка тренера) - ISBN 978-5-906131-33-1. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641294>

37. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины) [Электронный ресурс]: программа / Ю.К. Гавердовский, Т.С. Лисицкая, Е.Ю. Розин, В.М. Смолевский, Федер. агентство по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2005. - 210 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства). - ISBN 5-9718-0013-2. - ISBN 978-5-9718-0013-2. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293669>

38. Спортивное совершенствование шахматистов [Электронный ресурс]: курс лекций по теории и методике избр. вида спорта (шахматы) / А.Я. Габбазова. - М.: РГУФКСМиТ, 2017. - 56 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/683989>

39. Султанахмедов, Г.С. Вольная борьба: основы технической подготовки в вольной борьбе [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Г.С. Султанахмедов. - М.: РГУФКСМиТ, 2018. - 131 с. : ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682387>

40. Теннис [Электронный ресурс]: программа / ред.: В.А. Голенко, ред.: А.П. Скородумова. - М.: Советский спорт, 2009. - 71 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 978-5-9718-0415-4. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293651>

41. Теория и методика избранного вида спорта (теория и методика тяжелоатлетических видов спорта) [Электронный ресурс]: метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / В.Ф. Скотников, В.Е. Смирнов, В.Б. Соловьев. - М.: РГУФКСМиТ, 2015. - 79 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/373480>

42. Теория и методика стрелковых видов спорта [Электронный ресурс]: Методические рекомендации к практическим и семинарским занятиям. - М.: РГУФКСМиТ, 2012. - 109 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/202937>

43. Теория и методика танцевального спорта [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие для самостоят. работы студентов / С.В. Орлова, Е.Г. Салимгареева. - Иркутск: ООО «Мегапринт», 2011. - 104 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/339844>

44. Теория и практика спортивного фехтования [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Г.Б. Шустиков, В.Г. Федоров, А.В. Деев, Е.А. Нечаева, Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. - М.: Спорт, 2016. - 193 с. : ил. - ISBN 978-5-906839-53-4. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/641330>

45. Терехина, Р.Н. Теория и методика художественной гимнастики: подготовка спортивного резерва [Электронный ресурс]: учеб. пособие / И.А.

Винер-Усманова, Е.Н. Медведева, Р.Н. Терехина. - М.: Спорт, 2018. - 360 с. - ISBN 978-5-9500181-3-8. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682612>

46. Технология спортивной тренировки в лыжном спорте [Электронный ресурс] / А.А. Аввакуменков, Н.А. Багин, А.С. Гусев, В.М. Сенченко, И.А. Филина. - Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2017. - 222 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/672581>

47. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта.

48. Фехтование [Электронный ресурс]: программа / Ю.М. Бычков, Д.А. Тышлер, А.Д. Мовшович, Гос. ком. Рос. Федерации по физ. культуре и спорту. - М.: Советский спорт, 2004. - 70 с. - (Примерные программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва). - ISBN 5-85009-915-8. - ISBN 978-5-85009-915-8. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/293650>

49. Философия и каратэ-до. Путь к себе [Электронный ресурс] / С. Пирожкова // Философские науки. – 2014. - №3. - С. 126-141. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/434890>

50. Фролов, С.Н. Многолетняя спортивная тренировка в водном поло (этап спортивной специализации) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Н.А. Чистова, С.Н. Фролов. - М.: РГУФКСМиТ, 2018. - 116 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/682385>

51. Хованская, Т.В. Расчетно-графические работы по дисциплине «Компьютерные технологии в науке и образовании в отрасли физической культуры и спорта».- [Электронный ресурс]: [учеб. пособие] / М.Н. Сандирова, Н.В. Стеценко, Т.В. Хованская Волгоград: ВГАФК, 2010. - 132 с. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/229032>

52. Шестаков, В.Б. Теория и практика дзюдо [Электронный ресурс]: учебник / В.Б. Шестаков, С.В. Ереги́на. - М.: Советский спорт, 2011. - 448 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0515-1. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/187019>

53. Эпов, О.Г. Основы маневрирования в тхэквондо ВТФ [Электронный ресурс]: [учеб. пособие для студентов ИФК] / О.Г. Эпов. - М.: Физическая культура, 2009. - 176 с. -ISBN 978-5-9746-0100-2. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/286724>

54. Яковлев, Б.А. Мини-гольф [Электронный ресурс] учеб. пособие / Б.А. Яковлев. - М.: РГУФКСМиТ, 2015. - 201 с. : ил. - Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/373474>

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

1. Сайты Международных и Всероссийских Федераций по видам спорта;
2. [www.minsport.gov.ru/](http://www.minsport.gov.ru/) - сайт Министерства спорта Российской Федерации;
3. <http://fcpsr.ru/> - сайт ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва».

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

- программное обеспечение дисциплины (модуля):
  - 1) Windows Professional, x64 Ed.;
  - 2) Microsoft Office 2016;
  - 3) Dr.Web Desktop Security Suite (Антивирус);
  - 4) Acrobat Reader DC.
- современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

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

#### **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»**

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

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

в) Спортивный зал, включающий специализированное спортивное оборудование и инвентарь.

г) Научная аппаратура.

д) 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 Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт*.

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости  | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|--|----------------------------|
| 1 | Посещение занятий   | Весь период  | 10                         |
| 2 | Тестирование по теме раздела «Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта»»:<br>История избранного вида спорта и его современное состояние.<br>Тестирование по теме раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта»:<br>Теоретические основы техники упражнений в избранном виде спорта. | 8 неделя<br><br>16 неделя                            | 5<br><br>5                 |
| 3 | Рабочая тетрадь (составление мини-таблиц и мини-гlossариев по избранному виду спорта) по темам раздела «Общая характеристика избранного вида спорта»:<br>1. Эволюция правил соревнований по избранному виду спорта<br>2. Терминология избранного вида спорта  | 9-14 недели  | 5                          |
| 4 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта», «Общая характеристика избранного вида спорта», «Техника упражнений в избранном виде спорта»:  | 3 - 16 недели  | 5                          |

|    |   |                            |     |
|----|---|----------------------------|-----|
|    | 1. Роль и значение избранного вида спорта в системе физического воспитания и спортивной подготовки<br>2. Терминология избранного вида спорта<br>3. Условия спортивной деятельности в избранном виде спорта<br>4. Техника безопасности в избранном виде спорта (подготовка инвентаря и оборудования для проведения занятий и соревнований)<br>5. Теоретические основы техники упражнений в избранном виде спорта |                            |     |
| 5  | Контрольная работа (прикладное, оздоровительное значение избранного вида спорта) по теме раздела «Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта»»: Роль и значение избранного вида спорта в системе физического воспитания и спортивной подготовки  | 6 неделя                   | 10  |
| 6  | Контрольная работа (комплексы упражнений для профилактики травматизма в избранном виде спорта) по теме раздела «Общая характеристика избранного вида спорта»: Техника безопасности в избранном виде спорта  | 13 неделя                  | 10  |
| 7  | Контрольная работа по теме раздела «Общая характеристика избранного вида спорта»: Эволюция правил соревнований по избранному виду спорта  | 9 неделя                   | 10  |
| 8  | Деловая игра «Организация и судейство соревнований по избранному виду спорта»   | 11-14 недели               | 15  |
| 9  | Написание и защита реферата по темам раздела «Общая характеристика избранного вида спорта» (на выбор):<br>1. История избранного вида спорта и его современное состояние<br>2. Условия спортивной деятельности в избранном виде спорта   | 5-7 недели<br>12-14 недели | 10  |
| 10 | Зачет (рубежный контроль)   | 17-18 недели               | 15  |
| 11 | 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> | 10                         |
| 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.

#### 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      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения***

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### 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      | 10                              |
| 2 | Тестирование по темам раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта»:<br>Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта  | 27 неделя        | 5                               |
| 3 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Техника упражнений в избранном виде спорта», «Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов»:<br>Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта<br>Задачи и организация НИР и УИР студентов | 25-41 недели     | 5                               |
| 4 | Контрольная работа (анализ техники выполнения упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, в том числе по фото- и видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по темам раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта»                                | 26-31 недели     | 10                              |
| 5 | Опрос по темам разделов «Техника упражнений в избранном виде спорта», «Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов»<br>Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта  | 33 неделя        | 5                               |

|    |   |              |     |
|----|---|--------------|-----|
|    | Задачи и организация НИР и УИР студентов  | 40 неделя    | 5   |
| 6  | Доклад, сообщение по теме раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта»:<br>Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта  | 29-30 недели | 5   |
| 7  | Контрольная работа (демонстрация техники выполнения упражнений) по темам раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта»   | 25-35 недели | 10  |
| 8  | Деловая игра «Организация и судейство соревнований по избранному виду спорта»   | 33-35 недели | 15  |
| 9  | Написание и защита реферата/проекта на тему раздела «Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов»:<br>Тема работы выбирается обучающимся из раздела «Техника упражнений в избранном виде спорта» и согласовывается с преподавателем | 35-39 недели | 10  |
| 10 | Сдача экзамена (рубежный контроль)  | 43-44 недели | 20  |
| 11 | Всего:  |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия | 5                          |
| 2 | Написание реферата по теме пропущенного занятия | 10                         |
| 3 | Презентация по теме пропущенного занятия        | 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 экзамену.

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

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

### IV. 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<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |

|                         |   |   |   |   |   |   |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|
| Оценка по шкале<br>ECTS | F | E | D | C | B | A |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

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      | 10                              |
| 2 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта», «Виды подготовки в избранном виде спорта»:<br>1. Теоретические основы методики обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта<br>2. Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта<br>3. Физическая подготовка в избранном виде спорта<br>4. Психологическая подготовка в избранном виде спорта | 4-17 недели      | 5                               |
| 3 | Расчетно-графическая работа (анализ антропометрических, биомеханических и других (на выбор) показателей спортсменов) по темам раздела «Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта»   | 4-5 недели       | 10                              |
| 4 | Контрольная работа (составление программ для обучения различным упражнениям в избранном виде спорта (программ двигательных действий); анализ техники выполнения упражнений в процессе тренировочных занятий и соревнований, в том числе по фото- и   | 7-9 недели       | 10                              |

|    |   |              |        |
|----|---|--------------|--------|
|    | видеоматериалам с использованием методики визуального контроля техники и фиксации ошибок и недочётов) по теме раздела «Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта»                                  |              |        |
| 5  | Деловая игра (практика в проведении занятий) по теме раздела «Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта»   | 7-11 недели  | 15     |
| 6  | Контрольная работа (подготовка план-конспектов занятий (тренировочных программ) с преимущественной направленностью на развитие определенного физического качества) по темам раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»             | 12-15 недели | 10     |
| 7  | Деловая игра (практика в проведении занятий с преимущественной направленностью на развитие определенного физического качества) по теме раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»<br>Физическая подготовка в избранном виде спорта | 12-15 недели | 15     |
| 8  | Доклад, сообщение по темам раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»<br>1. Физическая подготовка в избранном виде спорта<br>2. Психологическая подготовка в избранном виде спорта   | 15-17 неделя | 5<br>5 |
| 9  | Зачет (рубежный контроль)   | 18 неделя    | 15     |
| 10 | 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> | 10                         |
| 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, 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      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

***по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 2 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения***

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 4 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### 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      | 10                              |
| 2 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта», «Система многолетней подготовки в избранном виде спорта», «Виды подготовки в избранном виде спорта»:<br>1. Техническая и тактическая подготовка в избранном виде спорта<br>2. Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие<br>3. Основы системы управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта<br>4. Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта<br>5. Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта | 28-42 недели     | 5                               |
| 3 | Контрольная работа (подготовка тренировочных программ, план-конспектов занятий по технической и тактической подготовке в избранном виде спорта) по темам раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»   | 29-32 недели     | 10                              |
| 4 | Деловая игра (практика в проведении занятий)   | 30-33 недели     | 15                              |



|    |  |              |     |
|----|--|--------------|-----|
|    | по технической и тактической подготовке в избранном виде спорта) по теме раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»   |              |     |
| 5  | Коллоквиум по теме раздела «Система многолетней подготовки в избранном виде спорта»<br>Структура многолетней подготовки и факторы, ее определяющие   | 36 неделя    | 5   |
| 6  | Опрос по теме раздела. «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>Основы системы управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта   | 38 неделя    | 5   |
| 7  | Контрольная работа (подготовка тренировочной программы, комплексов упражнений, план-конспектов занятий для спортсменов начального этапа спортивной подготовки с указанием видов контроля тренировочной деятельности и подготовленности спортсменов) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта<br>Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта | 38-41 недели | 10  |
| 8  | Деловая игра (практика в проведении занятий для спортсменов этапа начальной подготовки, проведение контроля тренировочной деятельности) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»   | 39-42 недели | 15  |
| 9  | Рабочая тетрадь (обработка дневников тренировочной нагрузки, подготовка документов учета и планирования для спортсменов этапа начальной подготовки) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»   | 36-41 недели | 5   |
| 10 | Сдача экзамена (рубежный контроль)   | 43-44 недели | 20  |
| 11 | Всего:   |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>             | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|--|-----------------------------------|
| 1        | <i>Подготовка доклада по теме пропущенного занятия</i> | 5                                 |
| 2        | <i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i> | 10                                |
| 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 экзамену.

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

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

### IV. 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<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |        |
| Оценка по шкале ECTS               | F                        | E     | D                      | C           | B            | A      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 5 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      | 10                              |
| 2 | <p>Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Спортивный отбор в избранном виде спорта», «Система многолетней подготовки в избранном виде спорта», «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта», «Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов»:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки в избранном виде спорта</li> <li>2. Особенности спортивного отбора и ориентации на различных этапах спортивной подготовки</li> <li>3. Поурочные программы как система программирования и управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</li> <li>4. Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта</li> <li>5. Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта</li> <li>6. Особенности подготовки и написания курсовой работы</li> </ol> | 2-17 недели      | 5                               |
| 3 | Опрос по теме раздела «Спортивный отбор в избранном виде спорта»   | 4 неделя         | 5                               |

|    |   |              |     |
|----|---|--------------|-----|
|    | Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки в избранном виде спорта  |              |     |
| 4  | Коллоквиум по теме раздела «Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов»<br>Особенности подготовки и написания курсовой работы  | 17 неделя    | 5   |
| 5  | Контрольная работа (критерии отбора на различных этапах спортивной подготовки в избранном виде спорта) по теме раздела «Спортивный отбор в избранном виде спорта»   | 3-4 недели   | 10  |
| 6  | Контрольная работа (методика спортивного отбора на этап начальной подготовки в избранном виде спорта) по теме раздела «Спортивный отбор в избранном виде спорта»  | 5-6 недели   | 10  |
| 7  | Контрольная работа (составление поурочных программ для различных этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта) по теме раздела «Система многолетней подготовки в избранном виде спорта»   | 7-10 недели  | 10  |
| 8  | Контрольная работа (подготовка тренировочной программы, комплексов упражнений, план-конспектов занятий для спортсменов тренировочного этапа спортивной подготовки/этапа совершенствования спортивного мастерства с указанием видов контроля тренировочной деятельности и подготовленности спортсменов) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта<br>Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта | 12-16 недели | 10  |
| 9  | Деловая игра (практика в проведении занятий для спортсменов тренировочного этапа спортивной подготовки/этапа совершенствования спортивного мастерства, проведение контроля тренировочной и соревновательной деятельности) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»  | 13-17 недели | 15  |
| 10 | Сдача зачета (рубежный контроль)  | 18 неделя    | 15  |
| 11 | Всего:  |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия | 5                          |

|   |  |    |
|---|--|----|
| 2 | <i>Написание реферата по теме пропущенного занятия</i> | 10 |
| 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.

### 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      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 3 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 6 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### 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      | 10                              |
| 2 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Виды подготовки в избранном виде спорта», «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»:<br>1. Управление тренировочной деятельностью в избранном виде спорта<br>2. Управление соревновательной деятельностью в избранном виде спорта<br>3. Теоретическая подготовка в избранном виде спорта<br>4. Интегральная подготовка в избранном виде спорта | 31-42 недели     | 5                               |
| 3 | Контрольная работа (составление макроцикла подготовки (тренировочная и соревновательная деятельность) на год для различных этапов спортивной подготовки в избранном виде спорта (по заданию преподавателя)) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>Управление тренировочной деятельностью в избранном виде спорта<br>Управление соревновательной деятельностью в избранном виде спорта                         | 33-35 недели     | 10                              |
| 4 | Деловая игра (Практика в проведении занятий/ Организация и судейство соревнований по избранному виду спорта) по темам раздела   | 33-39 недели     | 15                              |

|    |  |              |     |
|----|--|--------------|-----|
|    | «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»  |              |     |
| 5  | Контрольная работа (разработка план-конспектов занятий (бесед) по теоретической подготовке в избранном виде спорта) по теме раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»    | 37-40 недели | 10  |
| 6  | Собеседование по темам раздела. «Виды подготовки в избранном виде спорта»<br>Теоретическая подготовка в избранном виде спорта<br>Интегральная подготовка в избранном виде спорта | 41 неделя    | 5   |
| 7  | Контрольная работа (планирование интегральной подготовки в избранном виде спорта в цикле подготовки) по теме раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»                   | 38-41 недели | 10  |
| 8  | Деловая игра (практика в проведении занятий по теоретической и интегральной подготовке в избранном виде спорта) по теме раздела «Виды подготовки в избранном виде спорта»        | 39-42 недели | 15  |
| 9  | Сдача экзамена (рубежный контроль)   | 43-44 недели | 20  |
| 10 | Всего:   |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия | 5                          |
| 2 | Написание реферата по теме пропущенного занятия | 10                         |
| 3 | Презентация по теме пропущенного занятия        | 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 экзамену.

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

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

### IV. 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-<br>цифровое<br>выражение<br>оценки | 2<br>Неудовлетворительно |   | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>Отлично |   |
| Оценка по шкале<br>ECTS                      | F                        | E | D                      | C           | B            | A |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения*

## I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 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      | 10                              |
| 2 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта», «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»:<br>1. Научно-исследовательское и научно-методическое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта<br>2. Материально-техническое и кадровое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта<br>3. Моделирование спортивной подготовки в избранном виде спорта<br>4. Прогнозирование спортивной подготовки в избранном виде спорта | 3-17 недели      | 5                               |
| 3 | Творческое задание (моделирование спортивной подготовки (подготовленность спортсменов, тренировочный процесс, соревновательная деятельность) – разработка и анализ), по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>1. Моделирование спортивной подготовки в избранном виде спорта   | 5-7 недели       | 15                              |
| 4 | Творческое задание (прогнозирование спортивной подготовки для различных циклов подготовки (краткосрочные, среднесрочные, долгосрочные   | 8-10 недели      | 15                              |

|    |   |              |     |
|----|---|--------------|-----|
|    | прогнозы)), по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»<br>Прогнозирование спортивной подготовки в избранном виде спорта   |              |     |
| 5  | Рабочая тетрадь (обработка дневников тренировочной нагрузки, подготовка документов учета и планирования для спортсменов на различных этапах подготовки) по темам раздела «Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта»  | 5-10 недели  | 5   |
| 6  | Собеседование по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Научно-исследовательское и научно-методическое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 14 неделя    | 5   |
|    | Материально-техническое и кадровое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 16 неделя    | 5   |
| 7  | Контрольная работа (подготовка документации для организации и проведения занятий и соревнований, работа с электронными базами данных) по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Материально-техническое и кадровое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта                  | 13-16 недели | 10  |
| 8  | Деловая игра (практика в проведении занятий с использованием технических средств, проведение констатирующих экспериментов на базе кафедры) по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Научно-исследовательское и научно-методическое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта | 14-17 недели | 15  |
| 9  | Сдача зачета (рубежный контроль)  | 18 неделя    | 15  |
| 10 | Всего:  |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия | 5                          |
| 2 | Написание реферата по теме пропущенного занятия | 10                         |
| 3 | Презентация по теме пропущенного занятия        | 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.

#### 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      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

*по дисциплине Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта  
для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура  
профиль Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте,  
очной формы обучения*

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики велосипедного, мотоциклетного и автомобильного спорта

Сроки изучения дисциплины (модуля): 8 семестр.

Форма промежуточной аттестации: *экзамен.*

### 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                  | 10                              |
| 2 | Выступление на семинарских занятиях/работа на практических занятиях по темам разделов «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта», «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по избранному виду спорта»  | 23-27 недели<br>35-37 недели | 5                               |
| 3 | Опрос по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спортивной подготовке в избранном виде спорта  | 27 неделя                    | 5                               |
| 4 | Деловая игра (практика в проведении обследований (тестирований) спортсменов) по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спортивной подготовке в избранном виде спорта                           | 24-26 неделя                 | 15                              |
| 5 | Расчетно-графическая (контрольная) работа (анализ результатов обследований (тестирований) спортсменов) по темам раздела «Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта»<br>Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спортивной подготовке в избранном виде спорта | 26 неделя                    | 10                              |
| 6 | Коллоквиум по темам раздела «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по   | 35 неделя                    | 5                               |

|    |   |              |     |
|----|---|--------------|-----|
|    | избранному виду спорта»   |              |     |
| 7  | Деловая игра (оценка деятельности и личности тренера по ведущим критериям) по темам раздела «Профессионально-педагогическая деятельность тренера по избранному виду спорта» | 36-37 недели | 15  |
| 8  | Деловая игра «Участие в организации и проведении соревнований» (в качестве тренера)   |              | 15  |
| 9  | Сдача экзамена (рубежный контроль)  | 38-39 недели | 20  |
| 10 | Всего:  |              | 100 |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости             | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия | 5                          |
| 2 | Написание реферата по теме пропущенного занятия | 10                         |
| 3 | Презентация по теме пропущенного занятия        | 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 экзамену.

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

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

### IV. 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<br>Неудовлетворительно |       | 3<br>Удовлетворительно | 4<br>Хорошо | 5<br>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 спорта и физического воспитания**

**Кафедра теории и методики велосипедного, мотоциклетного и  
автомобильного спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.21 Теория и методика велосипедного, мотоциклетного и  
автомобильного спорта»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профиль: Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и  
автомобильном спорте

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет **46** зачетных единиц.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 1-8 семестры очная форма обучения.

### 3. Целью освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является изучение студентами учебно-практического материала, необходимого для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура», владеющих теоретическими знаниями научных достижений в спортивной подготовке в нашей стране и за рубежом и умеющих на практике эффективно воздействовать на ход подготовки спортсменов различного возраста, пола и квалификации, для работы в организациях, осуществляющих спортивную подготовку по избранному виду спорта.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |
|---|---|--|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения                           |
| 1   | 2   | 3  |
| ОПК-1   | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста.</i>              | 3-7  |
| ОПК-1.1.  | Знает морфологические особенности занимающихся физической культурой различного пола и возраста, критерии оценки физического развития, определяющие подход к планированию характера и уровня физических нагрузок, анализу результатов их применения. | 3, 4, 5, 6                                     |
| ОПК-1.2.  | Знает влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса.   |  |



|              |  |                |
|--------------|--|----------------|
| ОПК-1.12.    | Знает специфику планирования, его объективные и субъективные предпосылки, масштабы и предметные аспекты планирования.  |                |
| ОПК-1.13.    | Знает целевые результаты и параметры применяемых нагрузок.   |                |
| ОПК-1.15.    | Знает документы планирования спортивной подготовки в ИВС.  |                |
| ОПК-1.17.    | Знает виды и технологию планирования и организации тренировочного процесса в ИВС.  |                |
| ОПК-1.18.    | Умеет дифференцировать занимающихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок.   |                |
| ОПК-1.25.    | Умеет определять задачи тренировочного процесса, подбирать средства и методы их решения в ИВС.   |                |
| ОПК-1.26.    | Умеет раскрывать и интерпретировать методику обучения технике отдельных видов спортивных упражнений (приемов) в ИВС.   |                |
| ОПК-1.27.    | Умеет планировать содержание тренировочных занятий по ИВС в соответствии с поставленными задачами и особенностями занимающихся, с учетом материально-технического оснащения.               |                |
| ОПК-1.29.    | Имеет опыт планирования спортивной подготовки в ИВС.   | 6, 7           |
| <b>ОПК-2</b> | <b>Способен осуществлять спортивный отбор и спортивную ориентацию в процессе занятий.</b>  | <b>4, 6, 7</b> |
| ОПК-2.3.     | Знает особенности спортивного отбора на разных этапах спортивной подготовки.   |                |
| ОПК-2.5.     | Знает научно-методические основы спортивного отбора в ИВС.   |                |
| ОПК-2.7.     | Умеет проводить методически обоснованный набор в группу начальной подготовки, в том числе по результатам сдачи нормативов.   |                |
| ОПК-2.9.     | Умеет использовать критерии спортивного отбора в процессе спортивной подготовки в ИВС.   | 4, 6           |
| ОПК-2.10.    | Умеет использовать методики и средства оценки перспективности спортсмена в ИВС по морфологическим и функциональным задаткам, его способности к эффективному спортивному совершенствованию. |                |
| ОПК-2.11.    | Умеет использовать методики оценки уровня мотивации и психологической готовности к занятиям ИВС.   |                |
| ОПК-2.15.    | Имеет опыт проведения тестирования подготовленности занимающихся ИВС.  | 7              |
| <b>ОПК-4</b> | <b>Способен проводить тренировочные занятия различной направленности и организовывать участие спортсменов в соревнованиях в избранном виде спорта.</b>                                     | <b>1-7</b>     |
| ОПК – 4.1.   | Знает историю развития и современное состояние ИВС, его место и значение в физической культуре, науке, образовании.  | 1, 2, 3, 5     |

|              |   |            |
|--------------|---|------------|
| ОПК – 4.2.   | Знает терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений) в ИВС.                                       |            |
| ОПК – 4.3.   | Знает технику спортивных упражнений (приемов) в ИВС.  |            |
| ОПК – 4.4.   | Знает методику обучения технике спортивных упражнений (приемов) в ИВС.  |            |
| ОПК – 4.5.   | Знает средства и методы видов подготовки в ИВС.   |            |
| ОПК – 4.6.   | Знает особенности проведения тренировочных занятий и соревнований в ИВС.  |            |
| ОПК – 4.7.   | Умеет подготовить материалы, организовать и провести теоретические занятия по ИВС.  | 3, 5       |
| ОПК – 4.8.   | Умеет обучать технике выполнения упражнений (приемов) в ИВС.  |            |
| ОПК – 4.9.   | Умеет оценивать качество выполнения упражнений (приемов) в ИВС, определять ошибки в технике, подбирать приемы и средства их устранения. |            |
| ОПК – 4.10.  | Умеет проводить тренировочные занятия различной направленности в ИВС.   |            |
| ОПК – 4.11.  | Умеет организовывать участие спортсменов в соревнованиях по ИВС.  |            |
| ОПК – 4.12.  | Имеет опыт подготовки и проведения теоретических занятий в ИВС.   | 3, 4, 6, 7 |
| ОПК – 4.13.  | Имеет опыт подготовки и проведения тренировочных занятий различной направленности в ИВС.  |            |
| ОПК – 4.14.  | Владеет техникой выполнения упражнений (приемов) избранного вида спорта.  |            |
| ОПК – 4.15.  | Имеет опыт организации участия спортсменов в соревнованиях по ИВС в качестве представителя команды.                                     |            |
| <b>ОПК-7</b> | <b>Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь.</b>            |            |
| ОПК-7.5.     | Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности.             | 1          |
| ОПК-7.5.     | Знает факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе физкультурно-спортивной деятельности.             |            |
| ОПК-7.7.     | Знает правила безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по ИВС.             |            |
| ОПК-7.8.     | Знает приемы помощи и страховки при проведении занятий по ИВС.  |            |
| ОПК-7.9.     | Умеет обеспечивать технику безопасности на занятиях ИВС.  | 4          |
| ОПК-7.12.    | Умеет осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.                          |            |
| ОПК-7.13.    | Умеет проводить мероприятия по правилам   |            |

|              |  |   |
|--------------|--|---|
|              | техники безопасности при выполнении упражнений и использовании спортивного инвентаря.  |   |
| ОПК-7.15.    | Имеет опыт проведения мероприятий с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил.   | 4 |
| ОПК-7.16.    | Имеет опыт обеспечения безопасности при проведении тренировочных занятий, физкультурно-спортивных мероприятий и соревнований по ИВС.   |   |
| <b>ОПК-9</b> | <b><i>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</i></b> | 7 |
| ОПК-9.1.     | Знает методы измерения и оценки физического развития, двигательных качеств занимающихся.   | 7 |
| ОПК-9.6.     | Знает роль и основные слагаемые педагогического контроля, его взаимосвязь с медико-биологическим контролем.  |   |
| ОПК-9.7.     | Знает методики проведения педагогического контроля, анализа и интерпретации получаемых данных.   |   |
| ОПК-9.10.    | Знает нормативные требования и показатели подготовленности, представленные в ВФСК «ГТО», федеральных стандартах спортивной подготовки по видам спорта.   |   |
| ОПК-9.11.    | Знает методики контроля и оценки подготовленности и психического состояния занимающихся в ИВС.   |   |
| ОПК-9.17.    | Умеет оценивать мотивацию и психологический настрой спортсмена в ИВС, использовать методы оценки волевых качеств спортсмена в ИВС.   |   |
| ОПК-9.18.    | Умеет подбирать контрольные упражнения для оценки параметров подготовленности занимающихся.  |   |
| ОПК-9.19.    | Умеет планировать содержание и последовательность проведения педагогического контроля при осуществлении тренировочного процесса в ИВС.   |   |
| ОПК-9.20.    | Умеет использовать комплексное тестирование физического состояния и подготовленности спортсменов.  |   |
| ОПК-9.21.    | Умеет использовать систему нормативов и методик контроля подготовленности занимающихся в ИВС и интерпретировать результаты.  |   |
| ОПК-9.22.    | Имеет опыт осуществления контроля с использованием методов измерения и оценки физического развития и подготовленности.   |   |
| ОПК-9.23.    | Имеет опыт осуществления контроля с использованием методов определения и оценки психического состояния занимающихся.   |   |
| ОПК-9.24.    | Имеет опыт проведения анализа и интерпретации  |   |

|               |  |                |
|---------------|--|----------------|
|               | результатов контроля занимающихся в ИВС.   |                |
| <b>ОПК-11</b> | <b><i>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</i></b>                                      | <b>4, 6, 8</b> |
| ОПК-11.1      | Знает современное состояние и тенденции развития физической культуры и спорта.   | 4              |
| ОПК-11.7.     | Знает актуальные вопросы развития ИВС, направления повышения эффективности спортивной подготовки в ИВС.  |                |
| ОПК-11.8.     | Умеет самостоятельно вести поиск актуальной профессиональной информации по вопросам осуществления спортивной подготовки в ИВС.   | 6              |
| ОПК-11.9.     | Умеет собирать, анализировать, интерпретировать данные информационных источников и использовать их при планировании, контроле, методическом обеспечении спортивной подготовки в ИВС. |                |
| ОПК-11.10.    | Умеет анализировать и оценивать эффективность спортивной подготовки в ИВС.   |                |
| ОПК-11.11.    | Умеет определять задачи научного исследования в ИВС подбирать и использовать методы исследования в ИВС.  |                |
| ОПК-11.12.    | Умеет использовать комплексный контроль физического состояния и подготовленности спортсменов в ИВС.  |                |
| ОПК-11.13.    | Умеет статистически обрабатывать данные, анализировать и интерпретировать результаты исследований в ИВС.   |                |
| ОПК-11.15.    | Имеет опыт использования исследовательских материалов при осуществлении педагогической диагностики, планирования, контроля и методического обеспечения спортивной подготовки.        | 8              |
| ОПК-11.16.    | Имеет опыт выполнения научно-исследовательских работ по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.                               |                |
| ОПК-11.17.    | Имеет опыт публичной защиты результатов собственных научных исследований.  |                |
| <b>ОПК-13</b> | <b><i>Способен осуществлять организацию и судейство соревнований по избранному виду спорта.</i></b>  |                |
| ОПК-13.1.     | Знает виды и организацию соревнований в ИВС.   | 3              |
| ОПК-13.2.     | Знает правила соревнований по ИВС, нормы, требования для присвоения спортивных разрядов и званий, условия их выполнения.   | 3              |
| ОПК-13.3.     | Знает требования федераций по видам спорта к подготовке и проведению спортивных мероприятий.   |                |
| ОПК-13.4.     | Знает положение или регламент и расписание   |                |

|                |   |             |
|----------------|---|-------------|
|                | спортивных соревнований.  |             |
| ОПК-13.5.      | Знает методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние. |             |
| ОПК-13.6.      | Умеет планировать проведение спортивных соревнований и физкультурно-спортивно мероприятий.  |             |
| ОПК-13.7.      | Умеет определять требования к месту, времени проведения, ресурсному обеспечению спортивного соревнования и физкультурно-спортивного мероприятия.                                  |             |
| <b>ОПК-14.</b> | <b><i>Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль тренировочного и образовательного процесса.</i></b>   | <b>7</b>    |
| ОПК-14.4.      | Знает федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине).   |             |
| ОПК-14.6.      | Знает показатели, характеризующие эффективность тренировочной деятельности в ИВС.   | 7           |
| ОПК-14.7.      | Знает особенности оценивания процесса и результатов тренировочной деятельности в ИВС.   |             |
| <b>ОПК-15</b>  | <b><i>Способен проводить материально-техническое оснащение занятий, соревнований, спортивно-массовых мероприятий.</i></b>   | <b>1, 8</b> |
| ОПК-15.1       | Знает классификацию, устройство и особенности спортивных сооружений в ИВС.  |             |
| ОПК-15.2.      | Знает правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники.  |             |
| ОПК-15.3.      | Знает требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию в ИВС.  | 1           |
| ОПК-15.4.      | Знает способы проверки наличия и качественных характеристик спортивных объектов, снарядов, инвентаря и оборудования.  |             |
| ОПК-15.8.      | Имеет опыт составления плана материально-технического обеспечения физкультурно-оздоровительного или спортивно-массового мероприятия.  | 8           |

## 5. Краткое содержание дисциплины (модуля):

### Очная форма обучения

| №                           | Разделы (модули) дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»                          | Семестр  | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|-----------------------------|---|----------|--|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                             |   |          | Занятия лекционного типа   | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>I курс<br/>1 семестр</b> | <b>Всего: 288 часов<br/>(8 зачетных единиц)</b>   | <b>1</b> | <b>10</b>  | <b>106</b>                | <b>172</b>             |          | <b>Зачет</b>                                  |
| <b>1</b>                    | <b>Раздел 1. Введение в дисциплину «Теория и методика избранного вида спорта»</b>               | <b>1</b> | <b>2</b>   | <b>28</b>                 | <b>40</b>              |          |   |
| 1.1.                        | Цель, задачи и содержание дисциплины «Теория и методика избранного вида спорта»                 | 1        | 1  | 10                        | 10                     |          |   |
| 1.2.                        | Роль и значение избранного вида спорта в системе физического воспитания и спортивной подготовки | 1        | 1  | 18                        | 30                     |          |   |
| <b>2</b>                    | <b>Раздел 2. Общая характеристика избранного вида спорта</b>                                    | <b>1</b> | <b>6</b>   | <b>52</b>                 | <b>70</b>              |          |   |
| 2.1.                        | История избранного вида спорта и его современное состояние                                      | 1        | 2  | 8                         | 16                     |          |   |
| 2.2.                        | Эволюция правил соревнований по избранному виду спорта  | 1        | 2  | 16                        | 20                     |          |   |
| 2.3.                        | Терминология избранного вида спорта   | 1        | 2  | 12                        | 14                     |          |   |
| 2.4.                        | Условия спортивной деятельности в избранном виде спорта   | 1        | -  | 6                         | 10                     |          |   |
| 2.5.                        | Техника безопасности в избранном виде спорта  | 1        | -  | 10                        | 10                     |          |   |
| <b>3</b>                    | <b>Раздел 3. Техника упражнений в избранном виде спорта</b>                                     | <b>1</b> | <b>2</b>   | <b>26</b>                 | <b>62</b>              |          |   |

|  |  |          |           |            |            |          |                           |
|--|--|----------|-----------|------------|------------|----------|---------------------------|
| 3.1.   | Теоретические основы техники упражнений в избранном виде спорта  | 1        | 2         | 26         | 62         |          |                           |
| <b>I курс<br/>2 семестр</b>                                | <b>Всего: 288 часов<br/>(8 зачетных единиц)</b>  | <b>2</b> | <b>10</b> | <b>102</b> | <b>167</b> | <b>9</b> | <b>Экзамен</b>            |
| <b>3</b>   | <b>Раздел 3. Техника упражнений в избранном виде спорта</b>  | <b>2</b> | <b>8</b>  | <b>82</b>  | <b>139</b> |          |                           |
| 3.2.   | Техника выполнения упражнений в избранном виде спорта  | 2        | 8         | 82         | 139        |          |                           |
| <b>4</b>   | <b>Раздел 4. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов</b> | <b>2</b> | <b>2</b>  | <b>20</b>  | <b>28</b>  |          |                           |
| 4.1.   | Задачи и организация НИР и УИР студентов   | 2        | 2         | 20         | 28         |          |                           |
| <b>Всего за I курс: 576 часов<br/>(16 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>208</b> | <b>339</b> | <b>9</b> | <b>Зачет,<br/>Экзамен</b> |
| <b>II курс<br/>3 семестр</b>                               | <b>Всего:180 часов<br/>(5 зачетных единиц)</b>   | <b>3</b> | <b>10</b> | <b>90</b>  | <b>80</b>  |          | <b>Зачет</b>              |
| <b>5</b>   | <b>Раздел 5. Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта</b>        | <b>3</b> | <b>6</b>  | <b>34</b>  | <b>38</b>  |          |                           |
| 5.1.   | Теоретические основы методики обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта    | 3        | 2         | 10         | 12         |          |                           |
| 5.2.   | Методика обучения и совершенствования техники упражнений в избранном виде спорта                         | 3        | 4         | 24         | 26         |          |                           |
| <b>6</b>   | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>3</b> | <b>4</b>  | <b>56</b>  | <b>42</b>  |          |                           |
| 6.1.   | Физическая подготовка в избранном виде спорта  | 3        | 2         | 36         | 24         |          |                           |
| 6.2.   | Психологическая подготовка в избранном виде спорта   | 3        | 2         | 20         | 18         |          |                           |
| <b>II курс<br/>4 семестр</b>                               | <b>Всего:180 часов<br/>(5 зачетных единиц)</b>   | <b>4</b> | <b>10</b> | <b>78</b>  | <b>83</b>  | <b>9</b> |                           |
| <b>6</b>   | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>4</b> | <b>2</b>  | <b>30</b>  | <b>20</b>  |          |                           |

|   |  |          |           |            |            |          |                       |
|---|--|----------|-----------|------------|------------|----------|-----------------------|
| 6.3.  | Техническая и тактическая подготовка в избранном виде спорта   | 4        | 2         | 30         | 20         |          |                       |
| <b>7</b>  | <b>Раздел 7. Система многолетней подготовки в избранном виде спорта</b>                                      | <b>4</b> | <b>2</b>  | <b>8</b>   | <b>18</b>  |          |                       |
| 7.1.  | Структура многолетней подготовки и факторы ее определяющие   | 4        | 2         | 8          | 18         |          |                       |
| <b>8</b>  | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                           | <b>4</b> | <b>6</b>  | <b>40</b>  | <b>45</b>  |          |                       |
| 8.1.  | Основы системы управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта                                     | 4        | 2         | 6          | 14         |          |                       |
| 8.2.  | Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта         | 4        | 2         | 18         | 16         |          |                       |
| 8.3.  | Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта   | 4        | 2         | 16         | 15         |          |                       |
| <b>Всего за II курс: 360 часов (10 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>168</b> | <b>163</b> | <b>9</b> | <b>Зачет, Экзамен</b> |
| <b>III курс<br/>5 семестр</b>                           | <b>Всего:216 часов (6 зачетных единиц)</b>   | <b>5</b> | <b>10</b> | <b>90</b>  | <b>116</b> |          |                       |
| <b>9</b>  | <b>Раздел 9. Спортивный отбор в избранном виде спорта</b>  | <b>5</b> | <b>4</b>  | <b>28</b>  | <b>42</b>  |          |                       |
| 9.1.  | Связь отбора и ориентации с этапами многолетней подготовки в избранном виде спорта                           | 5        | 2         | 10         | 16         |          |                       |
| 9.2.  | Особенности спортивного отбора и ориентации на различных этапах спортивной подготовки                        | 5        | 2         | 18         | 26         |          |                       |
| <b>7</b>  | <b>Раздел 7. Система многолетней подготовки в избранном виде спорта</b>                                      | <b>5</b> | <b>2</b>  | <b>16</b>  | <b>24</b>  |          |                       |
| 7.2.  | Поурочные программы как система программирования и управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта | 5        | 2         | 16         | 24         |          |                       |
| <b>8</b>  | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в</b>   | <b>5</b> | <b>4</b>  | <b>40</b>  | <b>38</b>  |          |                       |

Зачет



|  |  |          |           |            |            |          |                               |
|--|--|----------|-----------|------------|------------|----------|-------------------------------|
|  | <b>избранном виде спорта</b>   |          |           |            |            |          |                               |
| 8.2.   | Особенности построения подготовки на различных этапах многолетней подготовки в избранном виде спорта     | 5        | 2         | 20         | 20         |          |                               |
| 8.3.   | Контроль в спортивной подготовке в избранном виде спорта   | 5        | 2         | 20         | 18         |          |                               |
| <b>4</b>   | <b>Раздел 4. Научно-исследовательская работа (НИР) и учебно-исследовательская работа (УИР) студентов</b> | <b>5</b> | <b>-</b>  | <b>6</b>   | <b>12</b>  |          |                               |
| 4.2.   | Особенности подготовки и написания курсовой работы   | 5        | -         | 6          | 12         |          |                               |
| <b>III курс<br/>6 семестр</b>                                | <b>Всего:252 часа<br/>(7 зачетных единиц)</b>  | <b>6</b> | <b>10</b> | <b>100</b> | <b>133</b> | <b>9</b> |                               |
| <b>8</b>   | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                       | <b>6</b> | <b>8</b>  | <b>74</b>  | <b>95</b>  |          |                               |
| 8.4.   | Управление тренировочной деятельностью в избранном виде спорта   | 6        | 4         | 38         | 48         |          |                               |
| 8.5.   | Управление соревновательной деятельностью в избранном виде спорта  | 6        | 4         | 36         | 47         |          |                               |
| <b>6</b>   | <b>Раздел 6. Виды подготовки в избранном виде спорта</b>   | <b>6</b> | <b>2</b>  | <b>26</b>  | <b>38</b>  |          |                               |
| 6.4.   | Теоретическая подготовка в избранном виде спорта   | 6        | -         | 8          | 14         |          |                               |
| 6.5.   | Интегральная подготовка в избранном виде спорта  | 6        | 2         | 18         | 24         |          |                               |
| <b>Всего за III курс: 468 часов<br/>(13 зачетных единиц)</b> |  |          | <b>20</b> | <b>190</b> | <b>249</b> | <b>9</b> | <b>Зачет,<br/>Экзамен, КР</b> |
| <b>IV курс<br/>7 семестр</b>                                 | <b>Всего:144 часа<br/>(4 зачетных единицы)</b>   | <b>7</b> | <b>-</b>  | <b>58</b>  | <b>86</b>  |          |                               |
| <b>8</b>   | <b>Раздел 8. Система управления спортивной подготовкой в избранном виде спорта</b>                       | <b>7</b> | <b>-</b>  | <b>36</b>  | <b>54</b>  |          |                               |
| 8.6.   | Моделирование спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 7        | -         | 18         | 30         |          |                               |
| 8.7.   | Прогнозирование спортивной подготовки в избранном виде спорта  | 7        | -         | 18         | 24         |          |                               |

|   |  |          |            |            |            |           |   |
|---|--|----------|------------|------------|------------|-----------|---|
| <b>10</b>   | <b>Раздел 10. Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта</b>                              | <b>7</b> | <b>-</b>   | <b>22</b>  | <b>32</b>  |           |   |
| 10.1.   | Научно-исследовательское и научно-методическое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта | 7        | -          | 12         | 16         |           |   |
| 10.2.   | Материально-техническое и кадровое обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта             | 7        | -          | 10         | 16         |           |   |
| <b>IV курс<br/>8 семестр</b>                              | <b>Всего:108 часов<br/>(3 зачетных единицы)</b>  | <b>8</b> |            | <b>58</b>  | <b>41</b>  | <b>9</b>  |   |
| <b>10</b>   | <b>Раздел 10. Обеспечение спортивной подготовки в избранном виде спорта</b>                              | <b>8</b> | <b>-</b>   | <b>28</b>  | <b>21</b>  |           |   |
| 10.3.   | Внетренировочные и внесоревновательные факторы в спортивной подготовке в избранном виде спорта           | 8        | -          | 28         | 21         |           | <b>Экзамен</b>                            |
| <b>11</b>   | <b>Раздел 11<br/>Профессионально-педагогическая деятельность тренера по избранному виду спорта</b>       | <b>8</b> | <b>-</b>   | <b>30</b>  | <b>20</b>  |           |   |
| <b>Всего за IV курс: 252 часа<br/>(7 зачетных единиц)</b> |  |          |            | <b>116</b> | <b>127</b> | <b>9</b>  | <b>Зачет,<br/>Экзамен</b>                 |
| <b>Всего: 1656 часа<br/>(46 зачетные единицы)</b>         |  |          | <b>742</b> |            | <b>878</b> | <b>36</b> | <b>4 зачета,<br/>4 Экзамена,<br/>1 КР</b> |

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 биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.22 Статистическая обработка данных»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры биомеханики  
и естественнонаучных дисциплин  
(наименование)  
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Составитель:

Маркарян Вартануш Степаевна, к.т.н., доцент, доцент кафедры  
биомеханики и естественнонаучных дисциплин  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## **1.Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Статистическая обработка данных» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению «49.03.01 Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Дисциплина «Статистическая обработка данных» относится к дисциплинам обязательной части блока1 ООП (ОПОП). При изучении дисциплины студентам необходимо знать базовый курс математики и информатики средней школы. Изучение дисциплины готовит студентов к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Освоение данной дисциплины необходимо при изучении дисциплин «Спортивная метрология», «Научно-методическая деятельность», и др. в соответствии с этапами формирования компетенций. Знание методов и практических приемов статистических расчётов поможет студентам при подготовке выпускной квалификационной работы.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-9</b>  | <i>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</i> | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК-9.9</i>  | <i>Знает методы математической статистики, условия и факторы, влияющие на качество измерений.</i>   | 7  | 8                              | 7                              |
| <b>ОПК-11</b>   | <i>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК-11.13</i>  | <i>Умеет статистически обрабатывать данные, анализировать и интерпретировать результаты исследований в ИВС</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <b>ОПК-16</b>   | <i>Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК- 16.1</i>  | <i>Понимает основные принципы функционирования современных информационных технологий, применяемых в профессиональной сфере</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК- 16.2</i>  | <i>Отбирает для осуществления профессиональной деятельности необходимое техническое оборудование и программное обеспечение</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК- 16.3</i>  | <i>Применяет современные цифровые устройства, платформы и программное обеспечение на всех этапах осуществления профессиональной деятельности</i>  | 7  | 8                              | 7                              |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

очная форма обучения

| №          | Раздел дисциплины  | Семестр  |          |          | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------|--|----------|----------|----------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|            |  | 1 поток  | 2 поток  | 3 поток  | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>1</b>   | <b>Элементы математической статистики</b>                          | <b>7</b> | <b>8</b> | <b>7</b> | <b>8</b>  | <b>14</b>                 | <b>24</b>              |          |   |
| <b>1.1</b> | Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики | 7        | 8        | 7        | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| <b>1.2</b> | Проверка статистических гипотез                                    | 7        | 8        | 7        | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>1.3</b> | Корреляционный и регрессионный анализ                              | 7        | 8        | 7        | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>1.4</b> | Непараметрическая статистика                                       | 7        | 8        | 7        | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>2</b>   | <b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>                           | <b>7</b> | <b>8</b> | <b>7</b> | <b>2</b>  | <b>20</b>                 | <b>40</b>              |          |   |
| <b>2.1</b> | Работа с данными   | 7        | 8        | 7        | 2   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.2</b> | Расчеты в MS EXCEL   | 7        | 8        | 7        |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.3</b> | Точечные и интервальные оценки                                     | 7        | 8        | 7        |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.4</b> | Проверка статистических гипотез                                    | 7        | 8        | 7        |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.5</b> | Корреляционный и регрессионный анализ                              | 7        | 8        | 7        |   | 4                         | 8                      |          |   |
|            | Итоговая форма контроля  | 7        | 8        | 7        |   |                           |                        |          | <b>Диф. зачёт</b>                             |
|            | <b>Итого часов:</b>  |          |          |          | <b>10</b>   | <b>34</b>                 | <b>64</b>              |          |   |

**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.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачёта с оценкой.

***Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации***

1. Генеральная совокупность, выборочное исследование (выборка). Объем выборки.
2. Закон нормального распределения выборочных исследований.
3. Вариационный ряд. Графическое представление результатов исследования.
4. Основные статистические характеристики (средние и характеристики вариации).
5. Понятие статистической гипотезы. Нулевая и единичная гипотезы. Уровень значимости. Число степеней свободы.
6. Основные критерии статистики.
7. Доверительный интервал.
8. Достоверность различий средних арифметических независимых (несвязанных) выборок.
9. Достоверность различий средних арифметических зависимых (связанных) выборок.
10. Однородность, стабильность выборок. Критерий оценки.
11. Корреляционный анализ. Основные задачи корреляционного анализа.
12. Корреляционное поле (диаграмма рассеяния).
13. Линейный парный коэффициент корреляции Бравэ-Пирсона.
14. Достоверность коэффициента корреляции.
15. Основные задачи регрессионного анализа.
16. Нахождение прямого и обратного уравнений регрессии для линейной зависимости.
17. Непараметрические критерии статистики.
18. Непараметрическая статистика для определения взаимосвязи.
19. Ранговый коэффициент корреляции Спирмена.
20. Тетрахорический коэффициент сопряженности.
21. Адресация в MS EXCEL.
22. Статистические расчеты в MS EXCEL.

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

а) Основная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов,



- В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>
3. Статистическая обработка данных. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры/ Попов Г.И., Конюхов В.Г., Маркарян В.С. Яшкина Е.Н. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015г. – 225с.
- б) Дополнительная литература:

1. Высшая математика и математическая статистика / Под общ. ред. Г. И. Попова - М.: Физическая культура. 2007. - 366 с.
2. Шестаков М.П. Статистика. Обработка спортивных данных на компьютере: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры / Шестаков М.П. - М.: ТВТ Дивизион, 2009. - 248 с.
3. Гмурман В. Е. Теория вероятностей и математическая статистика. - М.: Высшая школа, 2006. - 479 с.
4. Гмурман В. Е. Руководство к решению задач по теории вероятностей и математической статистики. - М.: Высшее образование, 2006.
5. Минько А.А. Статистический анализ в М8 EXCEL.- М.: Издательский дом «Вильме», 2004. - 448с.
6. Могилев А.В. Практикум по информатике: учеб. Пособие для студ. высших учебных заведений / А.В. Могилев, И.И. Пак, Е.К Хеннер; под ред. Е.К. Хеннера. - 4-е изд., стер. - М.: Изд. центр «Академия», 2008. - 608 с.
7. И.Пугачев В. С. Теория вероятностей и математическая статистика. - М.: Физматлит, 2002. - 496 с.
8. Савич Л.К., Смольская Н.А. Теория вероятностей и математическая статистика. - Минск: Адукация, 2006. - 207 с.
9. Халафян А.А. STATISTICA 6. Статистический анализ данных. 3-е изд. Учебник - М.: ООО «Бином-Пресс». 2007. - 512 с.

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

1. <http://end.sportedu.ru> – сайт кафедры биомеханики и естественно-научных дисциплин;
2. <http://lms.sportedu.ru> – сайт системы дистанционного обучения (МООДУС) РГУФКСМиТ;
3. <http://www.kaspersky.ru> – сайт разработчика антивирусных продуктов «Лаборатория Касперского»;
4. <http://www.microsoft.ru> – сайт Microsoft;

5. <http://www.libreoffice.org> – сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice»;
6. <http://www.google.ru> – сайт Google;
7. <http://www.intuit.ru> – сайт Национального Открытого Университета «ИНТУИТ».
8. <http://statsoft.ru> – сайт компании Statsoft, официальный представитель правообладателя программных продуктов серии Statistica, предназначенных для анализа данных, визуализации, прогнозирования и проведения многих других статистических анализов;
9. <http://www.matburo.ru> – сайт для помощи при решении задач по высшей математике.

в) Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), 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:*
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](http://www.rucont.ru).
  7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
  8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.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, 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.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Статистическая обработка данных» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 (1 и 3 потоки) и 2 (2 поток) семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: дифференцированный 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Компьютерный практикум «Точечные и интервальные оценки»        | 4   | 20                         |
| 2 | Компьютерный практикум «Корреляционный и регрессионный анализ» | 7   | 20                         |
| 3 | Контрольная работа «Проверка статистических гипотез»           | 9   | 20                         |
| 4 | Опрос по базовым понятиям курса                                | 11  | 10                         |
| 5 | Тестирование по курсу  | 12  | 10                         |
| 6 | <b>Зачёт с оценкой</b>   |   | 20                         |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

| № | Виды текущего контроля успеваемости                            | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Компьютерный практикум «Точечные и интервальные оценки»        | 20                         |
| 2 | Компьютерный практикум «Проверка статистических гипотез»       | 20                         |
| 3 | Компьютерный практикум «Корреляционный и регрессионный анализ» | 20                         |
| 4 | Тестирование по курсу  | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.22 Статистическая обработка данных»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

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

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 1 семестр – 1 и 3 потоки, 2 семестр – 2 поток.

**3.Цель освоения дисциплины:** формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании методов математической статистики.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-9</b>  | <i>Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.</i> | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК-9.9</i>  | <i>Знает методы математической статистики, условия и факторы, влияющие на качество измерений.</i>   | 7  | 8                              | 7                              |
| <b>ОПК-11</b>   | <i>Способен проводить исследования по определению эффективности используемых средств и методов физкультурно-спортивной деятельности.</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК-11.13</i>  | <i>Умеет статистически обрабатывать данные, анализировать и интерпретировать результаты исследований в ИВС</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <b>ОПК-16</b>   | <i>Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности</i>  | 7  | 8                              | 7                              |
| <i>ОПК- 16.1</i>  | <i>Понимает основные принципы функционирования современных информационных технологий, применяемых</i>   | 7  | 8                              | 7                              |

|                  |  |          |          |          |
|------------------|--|----------|----------|----------|
|                  | <i>в профессиональной сфере</i>  |          |          |          |
| <i>ОПК- 16.2</i> | <i>Отбирает для осуществления профессиональной деятельности необходимое техническое оборудование и программное обеспечение</i>                   | <b>7</b> | <b>8</b> | <b>7</b> |
| <i>ОПК- 16.3</i> | <i>Применяет современные цифровые устройства, платформы и программное обеспечение на всех этапах осуществления профессиональной деятельности</i> | <b>7</b> | <b>8</b> | <b>7</b> |



## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| №          | Раздел дисциплины  | Семестр  |          |          | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|------------|--|----------|----------|----------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|            |  | 1 поток  | 2 поток  | 3 поток  | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| <b>1</b>   | <b>Элементы математической статистики</b>                          | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | <b>8</b>  | <b>14</b>                 | <b>24</b>              |          |   |
| <b>1.1</b> | Эмпирические распределения. Основные статистические характеристики | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | 2   | 2                         | 6                      |          |   |
| <b>1.2</b> | Проверка статистических гипотез                                    | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>1.3</b> | Корреляционный и регрессионный анализ                              | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>1.4</b> | Непараметрическая статистика                                       | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | 2   | 4                         | 6                      |          |   |
| <b>2</b>   | <b>Статистические расчеты в MS EXCEL</b>                           | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | <b>2</b>  | <b>20</b>                 | <b>40</b>              |          |   |
| <b>2.1</b> | Работа с данными   | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | 2   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.2</b> | Расчеты в MS EXCEL   | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.3</b> | Точечные и интервальные оценки                                     | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.4</b> | Проверка статистических гипотез                                    | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |   | 4                         | 8                      |          |   |
| <b>2.5</b> | Корреляционный и регрессионный анализ                              | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |   | 4                         | 8                      |          |   |
|            | Итоговая форма контроля  | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |   |                           |                        |          | <b>Диф. зачёт</b>                             |
|            | <b>Итого часов:</b>  |          |          |          | <b>10</b>   | <b>34</b>                 | <b>64</b>              |          |   |

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 биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.23 Информационные технологии  
в сфере физической культуры и спорта»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**Уровень образования:** *бакалавриат*

**Форма обучения:** *очная*

**Год набора** 2020 г.

**Москва – 2019 г.**

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры биомеханики  
и естественнонаучных дисциплин  
(наименование)  
Протокол № 1 от «27» августа 2019 г.

Составитель:

Яшкина Елена Николаевна, к.п.н., доцент, доцент кафедры биомеханики и  
естественнонаучных дисциплин  
(ФИО, наличие степени, звания, должность, кафедра)

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта» является формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании современных возможностей информационно-коммуникативных технологий. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению «49.03.01 Физическая культура» по профилю «Спортивная подготовка». Дисциплина «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта» относится к дисциплинам обязательной части блока 1 ООП (ОПОП). При изучении дисциплины студентам необходимо знать базовый курс информатики средней школы. Изучение дисциплины готовит студентов к решению задач в сфере профессиональной деятельности. Освоение данной дисциплины необходимо при изучении дисциплин «Статистическая обработка данных», «Научно-методическая деятельность», «Спортивная метрология» и др. в соответствии с этапами формирования компетенций.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине                                  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-1  | Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять | 2  | 1                              | 2                              |

|        | <b>системный подход для решения поставленных задач</b>   |   |   |   |
|--------|--|---|---|---|
| УК-1.1 | Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.   | 2 | 1 | 2 |
| УК-1.2 | Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.   | 2 | 1 | 2 |
| УК-1.3 | Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности. | 2 | 1 | 2 |
| УК-1.4 | Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.   | 2 | 1 | 2 |
| УК-1.5 | Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.   | 2 | 1 | 2 |
| УК-1.6 | Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.   | 2 | 1 | 2 |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 академических часа.

#### очная форма обучения

| №                   | Раздел дисциплины           | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---------------------|-----------------------------|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|                     |                             | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1                   | Информационная безопасность | 2       | 1       | 2       | 1   | 4                         | 6                      |          |   |
| 2                   | Офисные технологии          | 2       | 1       | 2       |   | 6                         | 6                      |          |   |
| 3                   | Облачные технологии         | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 6                      |          |   |
| 4                   | Мобильные технологии        | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 7                      |          |   |
| 5                   | Сетевые технологии          | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 6                      |          |   |
|                     | Итоговая форма контроля     | 2       | 1       | 2       |   |                           |                        | 9        | Экзамен                                       |
| <b>Итого часов:</b> |                             |         |         |         | <b>4</b>  | <b>28</b>                 | <b>31</b>              | <b>9</b> |   |

## **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.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме экзамена.

### ***Контрольные вопросы для проведения промежуточной аттестации***

1. Понятие информации, виды информации.
2. Свойства информации. Единицы измерения информации
3. Информационные процессы. Предмет и структура информатики
4. Системы счисления. Позиционные и непозиционные системы счисления. Кодирование данных.
5. История развития вычислительной техники. Поколения ЭВМ.
6. Принцип открытой архитектуры. Функциональный состав персонального компьютера
7. Процессор - устройство обработки информации. Основные типы процессоров и их характеристики.
8. Устройства хранения информации. Виды памяти.
9. Внешние устройства компьютера. Мониторы, основные характеристики монитора, типы мониторов. Типы принтеров, принципы печати. Сканеры.
10. Понятие программы. Классификация программных средств компьютера.
11. Классификация программных средств.
12. Файловая структура данных. Имена файлов. Расширение имен файлов. Полное имя файла.
13. Свойства и атрибуты файлов. Шаблоны имен файлов.
14. Операционная система Windows. Основные понятия.
15. Основные операции в файловой системе Windows. Ярлыки. Проводник.
16. Форматирование магнитного диска.
17. Программа проверки диска.
18. Дефрагментация диска.
19. Архивация информации.
20. Классификация угроз информационной безопасности.
21. Классификация вредоносных программ.
22. История развития вредоносных программ.
23. Классификация компьютерных вирусов. Причины распространения вирусов,
24. Признаки заражения компьютера. Действия при наличии признаков заражения.

25. Антивирусные программы.
26. Этапы решения задач на компьютере. Понятие алгоритма. Требования, предъявляемые к алгоритмам.
27. Характеристики алгоритмов. Типы алгоритмов. Способы записи алгоритмов.
28. Основные этапы разработки программ.
29. Текстовые процессоры. Назначение.
30. Основные операции в программе Microsoft Word.
31. Этапы подготовки текстового документа.
32. Редактирование текста. Выделение, перемещение и копирование фрагментов текста.
33. Форматирование текста. Форматирование страниц.
34. Электронные таблицы. Структурные единицы электронной таблицы.
35. Основные операции в программе Microsoft Excel.
36. Относительная и абсолютная адресация в программе Microsoft Excel.
37. Вычисления в программе Microsoft Excel.
38. Функции. Правила составления и использования функций. Мастер функций.
39. Диаграммы. Основные типы диаграмм. Построение диаграмм.
40. Внедрение и связывание объектов при создании комплексных документов.
41. Сортировка и фильтрация данных в программе Microsoft Excel.
42. Типы компьютерных изображений. Различия между растровыми и векторными изображениями:
43. Заливка объектов. Виды и типы заливок.
44. Программа создания презентаций. Этапы создания презентации.
45. Классификация компьютерных сетей. Основные функции компьютерных сетей.
46. Глобальная компьютерная сеть Интернет. История сети Интернет.
47. Сервисы (службы) Интернета.
48. Структура веб-страницы. Гипертекст.
49. Поиск информации в WWW.
50. Электронная почта. Защита информации в сети Интернет.

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

а) Основная литература:

1. Информационные технологии в профессиональной деятельности [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Я.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ, 2017 .— 184 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671374>
2. Информационные технологии [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по самостоят. изучению дисциплины / Г.И. Попов, С.И. Бажинов, В.Г. Конюхов, Е.Н. Яшкина, В.А. Пирогов .— М. : РГУФКСМиТ,

- 2016 .— 167 с. : ил. — Авт. указаны на обороте тит. л. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/671375>
- 3.Бажинов С.И., Маркарян В.С., Яшкина Е.Н. Курс лекций «Математика и информатика» для студентов, обучающихся по специальности 050720.65 «Физическая культура» / «ИИА «Пресс-меню», М.: 2012-9,16 п.л.
  - 4.Яшкина Е.Н., Конюхов В.Г. Информатика: учебное пособие для студентов высших учебных заведений; ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ». М.: 2012. – 147с.
  - 5.Яшкина Е.Н., Аронова Т.В., Фомичева Г.Ю. Учебное пособие. Методические указания для подготовки к тестированию по дисциплине «Информатика» для студентов всех направлений и специальностей очной и заочной форм обучения / «ИИА «Пресс-меню», М.: 2012- 6,08 п.л.
  - 6.Яшкина Е.Н., Конюхова Г.П., Аронова Т.В. Методические рекомендации по освоению работы в пакете Microsoft Office 2007. Министерство спорта, туризма и молодежной политики РФ, ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ». М.: 2011. – 0,7 п.л.
  - 7.Яшкина Е.Н., Конюхова Г.П., Аронова Т.В. Информатика: методические рекомендации к лабораторно-практическим и самостоятельным занятиям (создание и оформление презентаций). М.: 2011 – 1,3 п.л.
  - 8.Яшкина Е.Н., Конюхова Г.П., Аронова Т.В., Фомичева Г.Ю. Информатика: методические рекомендации к лабораторно-практическим и самостоятельным занятиям (работа с числовой информацией). М.: 2011 – 2,5 п.л.
  - 9.Яшкина Е.Н., Конюхов В.Г., Конюхова Г.П., Аронова Т.В. Информатика: методические рекомендации к лабораторно-практическим и самостоятельным занятиям (работа с текстовой информацией). М.: 2011 – 2,75 п.л.

б)Дополнительная литература:

- 1.Акулов О.А., Медведев Н.В. Информатика: Базовый курс: учеб. для студентов вузов, бакалавров, магистров, обучающихся по направлению «Информатика и вычислительная техника»: доп. УМО по унив. Политех. образованию / 6-е изд., испр. и доп. - М.: Омега-Л, 2009. - 574 с.: ил.
- 2.Статистическая обработка данных. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры/ Попов Г.И., Конюхов В.Г., Маркарян В.С. Яшкина Е.Н. – М.: ФГБОУ ВПО «РГУФКСМиТ», 2015г. – 225с.
- 3.Информатика и ИКТ: метод. пособие для учителей. Ч. 1. Информ. картина мира / под ред. Н.В. Макаровой. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 299 с.: ил.
- 4.Информатика и ИКТ: метод. пособие для учителей. Ч. 2. Программное обеспечение информ. технологий / под ред. Н.В. Макаровой. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 429 с.: ил.
- 5.Информатика и ИКТ: метод. пособие для учителей. Ч. 3. Техн. Обеспечение информ. технологий / под ред. Н.В. Макаровой. - М.; СПб.: Питер, 2009. - 205 с.: ил.
- 6.Максимов Н.В., Партыка Т.Л., Попов И.И. Современные информационные технологии: учеб. для студентов учреждений сред. проф.



образования, обучающихся по группе специальностей «Информатика и вычисл. Техника»: рек. М-вом образования РФ / М.: Форум, 2008. - 511 с.: ил.

7.Элькин М.Д., Байгушева Н.А., Ларина О.В., Прикладная информатика в региональной экономике: учеб.-метод, пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 080801 и др. междисциплин. специальностям: рек. УМО по образованию в обл. прикладной информатики / Федеральное агентство по образованию Астрах. гос. ун-т. - Астрахань: Астрах. ун-т, 2008. - 105 с.: ил.

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

- 1.<http://end.sportedu.ru> – сайт кафедры биомеханики и естественно-научных дисциплин;
- 2.<http://lms.sportedu.ru> – сайт системы дистанционного обучения (МООДУС) РГУФКСМиТ;
- 3.<http://www.kaspersky.ru> – сайт разработчика антивирусных продуктов «Лаборатория Касперского»;
- 4.<http://www.microsoft.ru> – сайт Microsoft;
- 5.<http://www.libreoffice.org> – сайт разработчиков свободно распространяемого офисного пакета «LibreOffice»;
- 6.<http://www.google.ru> – сайт Google;
- 7.<http://www.intuit.ru> – сайт Национального Открытого Университета «ИНТУИТ».

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. 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:*

- 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](http://www.rucont.ru).
7. «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
8. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.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, 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.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Информационные технологии в сфере физической культуры и спорта» для обучающихся института спорта и физического воспитания 1 курса, направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: биомеханики и естественнонаучных дисциплин.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 (2 поток) или 2 (1 и 3 потоки) семестр (ы)

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

### 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 | Компьютерный практикум «Технология создания текстовой документации» | 4  | 20                         |
| 2 | Компьютерный практикум «Технология работы с электронными таблицами» | 7  | 20                         |
| 3 | Контрольная работа «Создание презентаций»                           | 9  | 10                         |
| 4 | Тестирование «Основы информационных технологий»                     | 11   | 10                         |
| 5 | Тестирование «Офисные и сетевые технологии»                         | 12   | 10                         |
| 6 | <i>Экзамен</i>  |  | 30                         |
|   | <b>ИТОГО</b>  |  | <b>100 баллов</b>          |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| <b>№</b> | <b>Виды текущего контроля успеваемости</b>                          | <b>Максимальное кол-во баллов</b> |
|----------|---|-----------------------------------|
| 1        | Компьютерный практикум «Технология создания текстовой документации» | 20                                |
| 2        | Компьютерный практикум «Технология работы с электронными таблицами» | 20                                |
| 3        | Контрольная работа «Создание презентаций»                           | 10                                |
| 4        | Тестирование «Основы информационных технологий»                     | 10                                |
| 5        | Тестирование «Офисные и сетевые технологии»                         | 10                                |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся экзаменом, дифференцированным зачётом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



**Институт туризма, рекреации, реабилитации и фитнеса**  
**Кафедра биомеханики и естественнонаучных дисциплин**

## **АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

«Б1.О.23 Информационные технологии  
в сфере физической культуры и спорта»  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 2 зачетные единицы.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 1 семестр – 2 поток, 2 семестр – 1 и 3 поток.

**3.Цель освоения дисциплины:** формирование компетенций, необходимых в профессиональной деятельности, базирующихся на использовании современных возможностей информационно-коммуникативных технологий.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-1  | <i>Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач</i>                                   | 2  | 1                              | 2                              |
| УК-1.1  | <i>Знает принципы сбора, отбора и обобщения информации, методики системного подхода для решения профессиональных задач.</i>   | 2  | 1                              | 2                              |
| УК 1.2  | <i>Знает информационно-поисковые системы и базы данных; технологию осуществления поиска информации.</i>   | 2  | 1                              | 2                              |
| УК-1.3  | <i>Умеет анализировать и систематизировать разнородные данные, оценивать эффективность процедур анализа проблем и принятия решений в профессиональной деятельности.</i> | 2  | 1                              | 2                              |
| УК-1.4  | <i>Умеет синтезировать информацию, представленную в различных источниках.</i>   | 2  | 1                              | 2                              |
| УК-1.5  | <i>Владеет навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками; владеет методами принятия решений.</i>   | 2  | 1                              | 2                              |
| УК-1.6  | <i>Владеет методами аналитико-синтетической обработки информации из различных информационно-поисковых систем.</i>   | 2  | 1                              | 2                              |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины           | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|-----------------------------|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|   |                             | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1 | Информационная безопасность | 2       | 1       | 2       | 1   | 4                         | 6                      |          |   |
| 2 | Офисные технологии          | 2       | 1       | 2       |   | 6                         | 6                      |          |   |
| 3 | Облачные технологии         | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 6                      |          |   |
| 4 | Мобильные технологии        | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 7                      |          |   |
| 5 | Сетевые технологии          | 2       | 1       | 2       | 1   | 6                         | 6                      |          |   |
|   | Итоговая форма контроля     | 2       | 1       | 2       |   |                           |                        | 9        | Экзамен                                       |
|   | <b>Итого часов:</b>         |         |         |         | <b>4</b>  | <b>28</b>                 | <b>31</b>              | <b>9</b> |   |

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 спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.24 «Основы антидопингового обеспечения»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры Спортивной медицины  
Протокол № 3 от «24» сентября 2019 г.

Составитель: кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивной  
медицины РГУФКСМиТ Мирошников Александр Борисович

## **1.Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины (модуля) «Основы антидопингового обеспечения» являются ознакомление обучающихся с:

- основами антидопингового обеспечения;
- современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле;
- освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена;
- обучение обучающихся комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

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

Дисциплина «Основы антидопингового обеспечения» относится к базовой части Блока 1. Дисциплины (модули) Б1.О.24 учебного плана для набора 2020 года по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Данная дисциплина относится к медицинским знаниям, необходимым для осуществления деятельности выпускниками РГУФКСМиТ по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура». С помощью знаний, полученных в данном курсе, бакалавры смогут оценивать возможность использовать фармакологические препараты в спорте, не входя в конфликт с антидопинговым законодательством.

Полученные в курсе знания будут полезны при изучении следующих дисциплин: Физиология человека, Биохимия человека, Гигиена физкультурно-спортивной деятельности с основами медицинских знаний, Правовые основы профессиональной деятельности, Спортивная дипломатия.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-8.  | Способен проводить работу по предотвращению применения допинга  | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.1.  | Знает международные стандарты и правила в области противодействия применению допинга в спорте;                          | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.2.  | Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации;   | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.3.  | Знает содержание и организацию антидопинговых мероприятий;  | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.4.  | Знает международные этические нормы в области противодействия применению допинга.                                       | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.5.  | Умеет определять целевые аудитории для реализации антидопинговых программ;  | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.6.  | Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия;   | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.7.  | Умеет изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ.        | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.8.  | Имеет опыт проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.9.  | Имеет опыт анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;                        | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.10.   | Имеет опыт осуществления взаимодействия с антидопинговыми организациями   | 7  | 7                              | 8                              |

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 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) |
|----|--|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |  | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционно-го типа   | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1  | Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте.  | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2  | Список запрещенных веществ и методов.                                  | 7       | 7       | 8       |   | 2                         | 5                      |          |   |
|    | Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период         | 7       | 7       | 8       | 2   |                           | 5                      |          |   |
|    | Вещества и методы, запрещенные вне соревнований                        | 7       | 7       | 8       |   | 2                         | 5                      |          |   |
| 3. | Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий     | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 4. | Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль         | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |
| 5. | Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб. | 7       | 7       | 8       |   | 2                         | 5                      |          |   |
| 6. | Санкции. Профилактика применения допинга в спорте                      | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 10                     |          |   |

|                    |   |            |   |   |           |           |           |  |              |
|--------------------|---|------------|---|---|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
| 7.                 | Общий механизм действия допинга   | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 5         |  |              |
| 8.                 | Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов | 7          | 7 | 8 |           | 2         | 10        |  |              |
| 9.                 | Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга                | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 5         |  |              |
| 10                 | Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА                          | 7          | 7 | 8 | 2         |           | 10        |  |              |
| <b>Итого часов</b> |   | <b>108</b> |   |   | <b>16</b> | <b>20</b> | <b>72</b> |  | <b>зачет</b> |

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

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

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

### **Вопросы для зачета**

1. Каковы проблемы использования допинга в спорте?
2. Какие вещества и методы, запрещенные вне соревнований, могут быть использованы в качестве допинга?
3. Какова история использования допинга?
4. Как проводится соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль?
5. Какие особенности имеют антидопинговые лаборатории?
6. Как можно познакомиться со списком запрещенных веществ и методов?

7. Каковы причины, вызывающие стремление использовать допинг?
8. Каков общий механизм действия допинга?
9. Какие вещества, запрещены в отдельных видах спорта?
10. Как проводится выбор спортсмена для допинг-контроля, забор биоматериалов, транспортировка проб, оформление протокольных документов? (Наиболее частые ошибки)
11. Как получить разрешение на терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга?
12. Что означает «Антидопинговый контроль как система биохимико-правовых мероприятий»?
13. Какова процедура забора и транспортировки биопроб?
14. Как должна проводиться профилактика применения допинга в спорте?
15. Каковы основные виды осложнений после длительного применения спортсменами анаболических стероидов?
16. Какова процедура забора и транспортировки биопроб?
17. Как проводится внесоревновательный антидопинговый контроль?

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

**а) Основная литература:**

1. Спортивная медицина: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Физ. культуры»: Рек. Умс ИТРРиФ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / под ред. А.В. Смоленского. - М.: Academia, 2015. - 319 с.: табл.
2. Федотова В.Г. Допинг и противодействие его применению в спорте: учеб. -метод. пособие / В.Г. Федотова, Е.В. Федотова; Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка.: [МГАФК], 2010. - 172 с.: ил.

## **б) Дополнительная литература:**

1. Бадрак К.А. Допинг в спорте как проблема нравственности / К.А. Бадрак // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - N 1. - С. 70-72.
2. Бадрак К.А. Теоретические и практические подходы в области противодействия допингу в спорте / Бадрак К.А., Калишевич С.Ю., Гончаров О.В. // Адаптивная физическая культура. - 2013. - N 1 (53). - С. 19-22.
3. Бадрак К.А. Проблема антидопингового образования в молодежной среде / К.А. Бадрак // Вестн. спортив. науки. - 2010. - N 1. - С. 55-57.
4. Барабанова В. Б. Допинг в спорте как социальная проблема //Международный журнал экспериментального образования. – 2010. – №. 11. – С. 176-178.
5. Внимание: допинг! Это важно знать каждому спортсмену: справ. пособие / [Департамент физ. культуры и спорта г. Москвы], [Центр инновац. спортив. технологий Москомспорта]. - М., 2007. - 128 с.: табл.
6. Грецов А.Г. Методика профилактики допинга среди молодых спортсменов / Грецов А.Г. // Адаптивная физическая культура. - 2011. - N 2 (46). - С. 16-18.
7. Журавлева А.И. Антидопинговый контроль в спорте / А.И. Журавлева // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2013. - N 11. - С. 11-19.
8. Журавлева А.И. Антидопинговый контроль в спорте / А.И. Журавлева // Лечеб. физкультура и спортив. медицина. - 2014. - N 2. - С. 4-10.
9. Запрещенный список - 2015: Всемир. антидопинговый кодекс : междунар. стандарт / Рос. антидопинговое агентство "РУСАДА". - [Б. м.: б. и., 2015]. - 15 с.

10. Каменков В.С. Право о допинге в спорте / Каменков Виктор Сергеевич // Спорт: экономика, право, управление. - 2014. - N 1. - С. 20-24.
11. Михайлова Т.В. Допинг в спорте как социальная проблема / Т.В. Михайлова // Теория и практика физ. культуры: тренер: журнал в журнале. - 2009. - N 7. - С. 66-72.
12. Общероссийские антидопинговые правила: утв. приказом Минспора России от 2 окт. 2012 г. N 267 // Сборник официальных документов и материалов. - 2012. - N 11. - С. 28-73.
13. Процедура допинг-контроля : права и обязанности спортсменов // Вестн. Федер. агентства по физ. культуре и спорту. - 2006. - N 2. - С. 123-128.
14. Современные аспекты допинг-контроля / Л.В. Остапенко [и др.] // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. - 2009. - N 2. - С. 21-24.
15. Современные подходы к профилактике допинга в спорте / Шелков О.М. [и др.] // Адаптивная физическая культура. - 2014. - N 3 (59). - С. 6-7.

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

1. <http://www.edu.ru/> – «Российское образование» – федеральный портал.
2. <http://минобрнауки.пф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

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

–программное обеспечение дисциплины:



1. Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15
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 «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru).
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru).
- Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru).

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля).**

1. Мультимедийный класс, включающий специализированное оборудование: проектор, экран, персональный компьютер с выходом в сеть Internet.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа и (или) занятий семинарского типа с комплектом аудиторной мебели, ученической доской.
3. Читальный зал библиотеки с комплектом аудиторной мебели, персональные компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду используется для самостоятельной работы обучающихся.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине Б1.О.24 «Основы антидопингового обеспечения» для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса, направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Спортивной медицины.

Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр - 1, 2 потоки, 8 семестр - 3 поток.

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) | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|--|----------------------------|
| 1 | Контрольная работа по разделу(модулю) «Проблемы, связанные с использованием допинга»          | 4 неделя   | 10                         |
| 2 | Письменная работа по разделу «Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период» | 8 неделя   | 15                         |
| 3 | Письменная работа по теме «Вещества, запрещенные в отдельных видах спорта»                    | 10 неделя  | 15                         |
| 4 | Презентация по теме «Общий механизм действия допинга»   | 12-15 неделя   | 15                         |
| 5 | Письменная работа «Разрешение на  | 16-17 неделя   | 15                         |

|   |   |                    |                   |
|---|---|--------------------|-------------------|
|   | терапевтическое применение субстанций, используемых в качестве допинга» |                    |                   |
| 6 | Посещение занятий   | В течение семестра | 10                |
| 7 | зачет   |                    | 20                |
|   | <b>ИТОГО</b>  |                    | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости                  | Максимальное количество баллов |
|---|--|--------------------------------|
| 1 | Контрольная работа по теме пропущенного занятия      | 5                              |
| 2 | Выступление на семинаре по теме пропущенного занятия | 10                             |
| 3 | Подготовка доклада по теме пропущенного занятия      | 5                              |
| 4 | Написание реферата по теме пропущенного занятия      | 15                             |
| 5 | Презентация по теме пропущенного занятия             | 10                             |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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



**Институт спорта и физического воспитания**

**Кафедра спортивной медицины**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.О.24 «Основы антидопингового обеспечения»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1.Общая трудоемкость дисциплины** составляет 3 зачетных единиц.

**2.Семестр(ы) освоения дисциплины:** 7 семестр - 1, 2 потоки, 8 семестр - 3 поток.

**3.Цель освоения дисциплины:** «Основы антидопингового обеспечения»

являются ознакомление обучающихся с:

- основами антидопингового обеспечения;
- современными методами исследования, применяемыми в антидопинговом контроле;
- освоение знаний по действию допинга на организм спортсмена;
- обучение обучающихся комплексу теоретических знаний в области антидопингового обеспечения и методов использования разрешенных препаратов в спортивной деятельности.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине<br><br>Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-8.  | Способен проводить работу по предотвращению применения допинга  | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.1.  | Знает международные стандарты и правила в области противодействия применению допинга в спорте;                                      | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.2.  | Знает антидопинговое законодательство Российской Федерации;   | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.3.  | Знает содержание и организацию антидопинговых мероприятий;  | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-8.4.  | Знает международные этические нормы в области противодействия применению допинга.   | 7  | 7                              | 8                              |
| ОПК-  | Умеет определять целевые аудитории для  | 7  | 7                              | 8                              |

|           |   |   |   |   |
|-----------|---|---|---|---|
| 8.5.      | реализации антидопинговых программ;   |   |   |   |
| ОПК-8.6.  | Умеет планировать и проводить антидопинговые мероприятия;   | 7 | 7 | 8 |
| ОПК-8.7.  | Умеет изучать и систематизировать информацию по организации и методическому обеспечению антидопинговых программ.        | 7 | 7 | 8 |
| ОПК-8.8.  | Имеет опыт проведения информационных и профилактических антидопинговых мероприятий с привлечением заинтересованных лиц; | 7 | 7 | 8 |
| ОПК-8.9.  | Имеет опыт анализа эффективности проведенных мероприятий по актуальным антидопинговым тематикам;                        | 7 | 7 | 8 |
| ОПК-8.10. | Имеет опыт осуществления взаимодействия с антидопинговыми организациями   | 7 | 7 | 8 |

## 5.Краткое содержание дисциплины:

### Очная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины (модуля)  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционно-го типа   | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1  | Проблемы, связанные с использованием допинга в паралимпийском спорте. | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 2                      |          |   |
| 2  | Список запрещенных веществ и методов.                                 | 7       | 7       | 8       |   | 2                         | 5                      |          |   |
|    | Список запрещенных веществ и методов в соревновательный период        | 7       | 7       | 8       | 2   |                           | 5                      |          |   |
|    | Вещества и методы, запрещенные вне соревнований                       | 7       | 7       | 8       |   | 2                         | 5                      |          |   |
| 3. | Антидопинговый контроль   | 7       | 7       | 8       | 2   | 2                         | 5                      |          |   |

|                    |   |            |   |   |           |           |           |  |              |
|--------------------|---|------------|---|---|-----------|-----------|-----------|--|--------------|
|                    | как система биохимико-правовых мероприятий  |            |   |   |           |           |           |  |              |
| 4.                 | Соревновательный и внесоревновательный антидопинговый контроль  | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 5         |  |              |
| 5.                 | Антидопинговые лаборатории Процедура забора и транспортировки биопроб.                                | 7          | 7 | 8 |           | 2         | 5         |  |              |
| 6.                 | Санкции. Профилактика применения допинга в спорте   | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 10        |  |              |
| 7.                 | Общий механизм действия допинга   | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 5         |  |              |
| 8.                 | Основные виды осложнений после длительного применения спортсменами-инвалидами анаболических стероидов | 7          | 7 | 8 |           | 2         | 10        |  |              |
| 9.                 | Разрешение на терапевтическое применение субстанций, использующихся в качестве допинга                | 7          | 7 | 8 | 2         | 2         | 5         |  |              |
| 10                 | Список разрешенных препаратов. Допинг-лист ВАДА. Структура допинг-листа ВАДА                          | 7          | 7 | 8 | 2         |           | 10        |  |              |
|                    |   |            |   |   |           |           |           |  |              |
| <b>Итого часов</b> |   | <b>108</b> |   |   | <b>16</b> | <b>20</b> | <b>72</b> |  | <b>зачет</b> |

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



Гуманитарный Институт

Кафедра Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.25 Спортивная дипломатия»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.



Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования  
Протокол № 19 от 26 апреля 2019 г.

Мельникова Наталия Юрьевна – доктор педагогических наук, профессор,  
заведующая кафедрой ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Леонтьева Надежда Сергеевна – кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Трескин Алексей Валерьевич – кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Мельников Виталий Владимирович – кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры ИФКСиОО РГУФКСМиТ

Леонтьева Любовь Сергеевна – преподаватель кафедры ИФКСиОО  
РГУФКСМиТ

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины **Спортивная дипломатия** проследить закономерности процесса эволюции и современного состояния дипломатической деятельности в области спортивного и олимпийского движения, а также развития отечественной спортивной дипломатии, ее современных принципов, задач и тенденций.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Дисциплина Спортивная дипломатия входит в Блок 1 обязательной части учебного плана по направлению подготовки 49.03.01 Физическая культура.

Дисциплина органично связана с отдельными элементами ООП:

- базируется на изучении профессиональных дисциплин (модулей) / прохождении отдельных типов практики: История (история России, всеобщая история), История физической культуры и спорта, Педагогика, Психология / Тренерская практика;

- итоговая оценка уровня сформированности освоенных за период практики компетенций проводится в рамках процедуры государственной итоговой аттестации.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|--|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2  | 3  | 4                              | 5                              |
| УК-3  | Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде<br>УК-3.1. Знает основные приемы и нормы социального взаимодействия<br>УК-3.2. Умеет устанавливать и поддерживать контакты, обеспечивающие успешную работу в коллективе. | 7  | 7                              | 7                              |

|       |  |   |   |   |
|-------|--|---|---|---|
| ОПК-5 | <p>УК-3.3. Применяет основные методы и нормы социального взаимодействия для реализации своей роли и взаимодействия внутри команды.</p> <p>Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения</p> <p>ОПК-5.6. Знает: - основы регулирования взаимоотношений в спорте.</p> <p>ОПК-5.11. Умеет: - проводить информационно-просветительскую и агитационную работу по этическим вопросам спорта, принципам честной игры в спорте, профилактике неспортивного поведения, применения допинга.</p> | 7 | 7 | 7 |
|-------|--|---|---|---|

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины 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.                     | Спортивная дипломатия. Введение. Эволюция дипломатии спортивного и олимпийского движения. Нормативно-правовая база спортивной дипломатии. | 7       | 2   | 8                         | 16                     |          |   |
| 2.                     | Организации и персоны в области спортивной дипломатии. Представительство и деятельность стран в МОК, АНОК, МСФ и т.д.                     | 7       | 2   | 8                         | 14                     |          |   |
| 3.                     | Структура и функции спортивной дипломатии РФ. Международная деятельность.   | 7       | 2   | 6                         | 14                     |          |   |
| <b>Итого часов: 72</b> |   |         | <b>6</b>  | <b>22</b>                 | <b>44</b>              |          | <b>зачет</b>                                  |

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

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

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

### **Вопросы к зачету.**

1. Что изучает предмет «Спортивная дипломатия»?
2. Что составляет научно-теоретическую и методологическую основы изучения предмета?
3. Дайте определение понятию «дипломатия».
4. Дайте определение понятию «Спортивная дипломатия», ее особенности.
5. Происхождение дипломатической службы и ее место в системе понятий внешняя политика и дипломатия.
6. Назовите основные причины формирования спортивной дипломатии в отдельную форму международных отношений.
7. Сформулируйте основные цели и задачи спортивной дипломатии.
8. Основные тенденции в построении системы международных отношений в сфере ФКиС на рубеже XX – XXI веков.
9. Становление российской дипломатии и дипломатической службы. Задачи и структура Посольского приказа.
10. Дипломатическая документация сфере ФКиС.
11. Назовите международные организации в области ФКиС, основные функции.
12. Представительство РФ в международных спортивных объединениях.
13. МОК – высший орган управления МОД.
14. Возникновение и основные тенденции развития международного спортивного и олимпийского движения во второй половине XIX – начале XX вв.
15. Основные тенденции развития международного спортивного и олимпийского движения в первой половине XX в
16. Основные тенденции развития международного спортивного и олимпийского движения во второй половине XX в.
17. Государственная правовая политика в сфере борьбы с допингом.
18. Основные тенденции развития международного спортивного и олимпийского движения на современном этапе.
19. Состав нарушения антидопинговых правил.
20. Спортивное движение лиц с ограниченными возможностями.
21. Понятие спортивного и неспортивного поведения в соревновательной деятельности.
22. Свобода и ответственность. Проблема свободного выбора в спорте.

23. Приведите примеры использования Олимпийских игр в политических целях.
24. Проблемы профессиональной этики. Роль и значение этики для профессиональной деятельности специалиста по направлению «Физическая культура».
25. Кризисные явления в международном олимпийском движении. Приведите примеры. С чем они связаны?
26. Взаимосвязь олимпийского движения с социальными процессами в обществе.
27. Место российского спорта в системе международного спортивного и олимпийского движения.
28. Назовите проблемы и противоречия в мировом общественном развитии и их отражение в современном олимпизме.
29. Деятельность государственных и общественных организаций по развитию олимпийского движения в Российской Федерации.
30. Когда был создан Олимпийский комитет России? Каковы его задачи?
31. Олимпийская программа. Диалектика развития.
32. Олимпийские реформы в XX века. Расскажите о них.
33. Молодежь и олимпийское движение в третьем тысячелетии.
34. Какие модели функционирования и развития спорта Вы знаете? Кратко охарактеризуйте их.
35. Миссия и роль МОК в международном спортивном и олимпийском движении.
36. Права на Олимпийские игры и олимпийскую символику.
37. Комплектование МОК – право на избрание, процесс пополнения, выборы, признание и статус членов МОК.
38. Международные спортивные федерации и их основные функции
39. Международный спортивный арбитражный процесс.
40. Состав НОК. Миссия и роль НОК.
41. Разрешение споров, возникающих во время Олимпийских игр.
42. Назовите основные предпосылки возникновения международного спортивного и олимпийского движения.
43. Назовите основные типы городов, в которых прошли Игры Олимпиад. Дайте краткую характеристику каждого из типов.
44. Охарактеризуйте процесс выбора олимпийской столицы. Назовите его преимущества и недостатки.
45. Что входит в содержание понятий «Олимпизм», «Олимпийское движение», «Олимпийские игры»?
46. Деятельность государственных и общественных организаций по руководству Олимпийским движением в Российской Федерации.
47. Роль международных спортивных федераций в олимпийском движении.
48. Паралимпийский комитет – какие функции он выполняет. Связь с соответствующими международными организациями.
49. Что Вы знаете о Международном Сурдлимпийском комитете и о Спецолимпиадах? Взаимодействие с МОК.
50. Деятельность Томаса Баха на посту президента МОК. Реформы,

проведенные в олимпийском движении под его руководством.

51. Представительство российской спортивной общественности в МОК, АМСФ, АНОК.
52. Критерии для включения видов спорта, дисциплин и видов соревнований.
53. Становление советской дипломатической службы: ее отличительные черты и принципы. Роль первых наркомов иностранных дел РСФСР и СССР (Л.Д.Троцкого, Г. В. Чичерина и М.М.Литвинова) в создании советской дипломатической службы.
54. Особенности развития дипломатической службы СССР в 1940-1980-е годы.
55. Реформирование МИД РФ в 1990-е – 2000-е годы. Сравнительный анализ деятельности министров иностранных дел России: А.Козырева, Е.Примакова, И.Иванова, С.Лаврова.
56. Представительство Российской Федерации при международных организациях системы международного спортивного и олимпийского движения.
57. Принципы информационной деятельности дипломатической службы РФ, основные черты и источники дипломатической информации.
58. Правовой режим деятельности делегаций на международных спортивных мероприятиях.
59. Структура, стадии оформления и условия действия международных договоров.
60. Понятие и основные формы международных договоров.
61. Место дипломатической службы в системе государственной службы РФ и ее функции.
62. Прохождение дипломатической службы: понятие и особенности. Ротация дипломатических служащих РФ.
63. Типология и документальное оформление дипломатических бесед.
64. Государственная должность дипломатической службы РФ и порядок ее замещения.
65. Дипломатические ранги: понятие и действующая система в РФ.
66. Определение и цели дипломатических контактов. Типология дипломатических контактов.
67. Внутригосударственные органы внешних отношений РФ. Внешнеполитический механизм РФ.
68. Задачи, функции и структура министерства иностранных дел Российской Федерации.
69. Процедура установления дипломатических отношений. Венская конвенция 1961 г. о статусе и функциях дипломатических представительств.
70. Дипломатический протокол: исторические традиции и современные тенденции.

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

### а) Основная литература:

1. Алексеев С.В. Спортивное право России: Учебник для студентов вузов, обучающихся по направлениям 030500 «Юриспруденция» и 032101 «Физическая культура и спорт» / под ред. д.ю.н., проф. П.В. Крашенинникова. Изд. 3-е, перераб. и доп. — М.: ЮНИТИ-ДАНА, Закон и право, 2012. — 1055 с.
2. Имиджевая стратегия России в контексте мирового опыта / под ред. И.А. Василенко ; Моск. гос. ун-т им. М.В. Ломоносова, Фак. политологии, Каф. рос. политики. - М.: Междунар. отношения, 2013. - 359 с.: ил.[261241](#)
3. История физической культуры и спорта: учебник/ Мельникова Н.Ю., Трескин А.В. ; под ред. проф. Н.Ю. Мельниковой. — 2-е изд. с измен. и дополн. — М.: Спорт, 2017. — 432 с.: ил.
4. Регламент Спортивного арбитража при Торгово-промышленной палате Российской Федерации / Правовой сайт КонсультантПлюс — [Электронный ресурс].

### б) Дополнительная литература:

1. Кузин В.В., Кутепов М.Е. Национальное законодательство о физической культуре и спорте: Хрестоматия. — 2-е изд., перераб. и дополн.— М.: Физкультура и спорт, 2006. — 600 с.
2. История физической культуры и спорта. Антология. — М.: ООО «ИД «Русь-Олимп», 2010.
3. История физической культуры и спорта. Антология. Книга 2. — М.: ООО «ИД «Русь-Олимп», 2011.
4. Кузин В. В., Кутепов М. Е., Холодняк Д. Г. Международный Спортивный арбитражный суд: нормативно-правовое регулирование и опыт деятельности // Спортивный арбитраж. — М.: «Физкультура, образование, наука», 1996. — С. 35—57. — 165 с. — ISBN 5-89022-039-X.
5. Кузин В. В., Бриллиантова А. М., Кутепов М. Е. Международный спортивный арбитраж. — М.: «СпортАкадемПресс», 2002. — 452 с. — ISBN 5-8134-0115-6.
6. Любимов, А.П. Конституция Российской Федерации в таблицах и схемах / Любимов Алексей Павлович. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Экзамен, 2004. - 174 с.: табл.
7. Международное право : учеб. для судентов вузов, обучающихся по специальности 030501, для курсантов и слушателей образовательных учреждений высш. проф. образования МВД России : рек. М-вом образования РФ : Доп. М-вом внутренних дел РФ : рек. УМО "Проф. учеб." / под ред. К.К. Гасанова. - М.: Юнити: Закон и право, 2009. - 407 с.
8. Олимпийская хартия. Пер. с англ. - М.: Сов. Спорт, 1996.
9. Паралимпийский спорт : норматив. правовое регулирование и метод. регулирование / авт.-сост. А.В. Царик. - М.: Сов. спорт, 2010. - 1271 с.: ил., табл.

10. Паршикова Н.В., Виноградов П.А. Нормативно-правовое обеспечение сферы физической культуры и спорта в Российской Федерации: реализация стратегии развития отрасли: Документы и материалы (2008 – 2011 годы) / под общей редакцией В.Л. Мутко. – М.: Советский спорт, 2012. – 1183 с.
11. Протопопов, А.С. История международных отношений и внешней политики России : 1648-2005 : учеб. для студентов вузов обучающихся по направлениям подгот. бакалавров и магистров "История", "Регионоведение", "Междунар. отношения" и аналогич. специальностям подгот. дипломир. специалистов : доп. М-вом образования РФ / А.С. Протопопов, В.М. Козьменко, Н.С. Елманова ; под ред. А.С. Протопопова. - 2-е изд., испр. и доп. - М.: Аспект пресс, 2008. - 399 с.
12. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года / Утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 № 1101-р // Правовой сайт КонсультантПлюс – [Электронный ресурс].

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

Ассоциация национальных олимпийских комитетов официальный сайт <https://www.anocolympic.org/>

Международная олимпийская академия официальный сайт [www.ioa.org.gr](http://www.ioa.org.gr)

Международный Олимпийский Комитет официальный сайт [www.olympic.org](http://www.olympic.org)

МИД России официальный сайт [www.mid.ru](http://www.mid.ru).

Олимпийский комитет России официальный сайт [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА) официальный сайт [www.wada-ama.org](http://www.wada-ama.org)

Основополагающий акт Россия – НАТО (см. на сайте [www.nato.org](http://www.nato.org)).

«Российско-американские отношения на рубеже веков». Доклад рабочей группы СВОП, 2000 г. (см. сайт СВОП [www.svor.ru](http://www.svor.ru) ).

РУСАДА официальный сайт [www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)

Спортивный арбитражный суд официальный сайт [www.tas-cas.org](http://www.tas-cas.org)

Хартия европейской безопасности. (см. на сайте [www.osce.org](http://www.osce.org)).

Соглашение о партнерстве и сотрудничестве РФ-ЕС (см. на сайте [www.europa.eu.int](http://www.europa.eu.int)).

Центральная олимпийская академия (ЦОА) официальный сайт <http://coa.sportedu.ru/>

Официальные сайты МСФ, сайты федераций РФ по видам спорта

Официальные сайты Национальных олимпийских комитетов, Оргкомитетов Олимпийских Игр, Всемирных Универсиад, Региональных игр, юношеских Олимпийских игр, Чемпионатов мира по видам спорта

Официальные сайты периодической печати в области физической культуры и спорта

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



перечень программного обеспечения и информационных справочных систем:

– программное обеспечение дисциплины:

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

- Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - [lib.sportedu.ru](http://lib.sportedu.ru)
- БМСИ (Библиотека международной спортивной информации) - электронная библиотека по спортивной тематике - [bmsi.ru](http://bmsi.ru)
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - [elibrary.ru](http://elibrary.ru)
- Электронно-библиотечная система IPRbooks - [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
- Электронно-библиотечная система Znanium.com - [znanium.com](http://znanium.com)
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - [school-collection.edu.ru](http://school-collection.edu.ru)
- Российская государственная библиотека - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)
- «Университетская библиотека онлайн» ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
- Национальный цифровой ресурс «Руконт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
- Федеральный портал "Российское образование" - [www.edu.ru](http://www.edu.ru)
- Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.ru/>

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины.

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

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине «Спортивная дипломатия»

для обучающихся института спорта и физического воспитания 4 курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: Истории физической культуры, спорта и Олимпийского образования  
Сроки изучения дисциплины (модуля): 7 семестр  
Форма промежуточной аттестации: *зачет*.

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

1 поток

| №  | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                          | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|----|---|---|----------------------------|
| 1. | Устный опрос 1 Эволюция дипломатии спортивного и олимпийского движения.           | 5   | 6                          |
| 2. | Устный опрос 2 Организации и персоны в области спортивной дипломатии.             | 8   | 6                          |
| 3. | Устный опрос 3 Структура и функции спортивной дипломатии РФ.                      | 11  | 6                          |
| 4. | Письменный опрос 1 Нормативно-правовая база спортивной дипломатии.                | 6   | 9                          |
| 5. | Письменный опрос 2 Представительство и деятельность стран в МОК, АНОК, МСФ и т.д. | 9   | 9                          |
| 6. | Письменный опрос 3 Международная деятельность РФ в области спортивной             | 12  | 9                          |

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

|     |                     |       |                   |
|-----|---------------------|-------|-------------------|
|     | дипломатии.         |       |                   |
| 7.  | Тест                | 16    | 10                |
| 8.  | Доклад, презентация | 6-15  | 10                |
| 9.  | Реферат             | 10-16 | 15                |
| 10. | Зачет               | 17    | 20                |
|     | <b>ИТОГО</b>        |       | <b>100 баллов</b> |

*Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия*

| № | Виды текущего контроля успеваемости | Максимальное кол-во баллов |
|---|-------------------------------------|----------------------------|
| 1 | Тест                                | 10                         |
| 2 | Доклад, презентация                 | 10                         |
| 3 | Реферат                             | 15                         |
| 4 | Тезисы (конспекты лекций)           | 9                          |
|   |                                     |                            |

### 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      |

**Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости**

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

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



Гуманитарный Институт

Кафедра Истории физической культуры,  
спорта и олимпийского образования

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.25 Спортивная дипломатия»**  
(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*  
Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

1. **Общая трудоемкость дисциплины** составляет **2** зачетных единицы, **72** ч.

2. **Семестр(ы) освоения дисциплины:** 7 семестр

3. **Цель освоения дисциплины:** проследить закономерности процесса эволюции и современного состояния дипломатической деятельности в области спортивного и олимпийского движения, а также развития отечественной спортивной дипломатии, ее современных принципов, задач и тенденций. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

УК-3 Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде; ОПК-5 Способен воспитывать у занимающихся социально-значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения.

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     |   |
|                        | Спортивная дипломатия. Введение. Эволюция дипломатии спортивного и олимпийского движения. Нормативно-правовая база спортивной дипломатии. | 7       | 2   | 8                         | 16                     |              |   |
| 2.                     | Организации и персоны в области спортивной дипломатии. Представительство и деятельность стран в МОК, АНОК, МСФ и т.д.                     | 7       | 2   | 8                         | 14                     |              |   |
| 3.                     | Структура и функции спортивной дипломатии РФ. Международная деятельность.   | 7       | 2   | 6                         | 14                     |              |   |
| <b>Итого часов: 72</b> |   |         | <b>6</b>  | <b>22</b>                 | <b>44</b>              | <b>зачет</b> |   |

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 баскетбола**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Б1.О.26.01 «БАСКЕТБОЛ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки/специальность: **49.03.01 – Физическая культура**  
(код и наименование)

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в баскетболе; Спортивная подготовка в волейболе; Спортивная подготовка в гандболе; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта; Спортивная подготовка в компьютерном спорте; Спортивная подготовка в теннисе; Спортивная подготовка в футболе; Спортивная подготовка в хоккее; Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге; Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте; Спортивная подготовка в единоборствах; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта; Спортивная подготовка в фехтовании; Спортивная подготовка в современном пятиборье и восточных боевых искусствах; Спортивная подготовка в гимнастике; Спортивная подготовка в грибном и парусном спорте; Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и керлинге; Спортивная подготовка в легкой атлетике; Спортивная подготовка в лыжном спорте; Спортивная подготовка в танцевальном спорте; Спортивная подготовка в спортивном и синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло; Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная, заочная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля) утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры  
**Теории и методики баскетбола**  
**Протокол № 1 от «29» августа 2019 г.**

***Составители:***

Лосева Ирина Владимировна – к.п.н., доцент кафедры ТиМ баскетбола РГУФКСМиТ;  
Никонов Дмитрий Николаевич – старший преподаватель кафедры ТиМ баскетбола  
РГУФКСМиТ.

### 1. Цель освоения дисциплины (модуля)

Целью освоения дисциплины «Баскетбол» является формирование готовности студентов к профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта, овладение знаниями, умениями и навыками целенаправленного применения средств и методов баскетбола на тренировочных занятиях с занимающимися и спортсменами. Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Программа дисциплины «Баскетбол» блока *Б1 обязательной части* составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

Дисциплина «Баскетбол» тесно связана с большинством дисциплин ОПОП: анатомией, физиологией, биомеханикой, гигиеной, педагогикой, психологией, основами теории физической культуры, спортивной медициной и другими. Знания, умения и навыки, приобретенные в процессе освоения дисциплины будут использованы обучающимися при освоении других двигательных дисциплин.

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

В процессе изучения дисциплины, обучающиеся должны овладеть знаниями, умениями и навыками, обеспечивающими достижение планируемых результатов освоения данной образовательной программы.

| Шифр компетенции                | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)  | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---------------------------------|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|                                 | Наименование компетенции/наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| <b>1</b>                        | <b>2</b>  |  |                                |                                |
| <b>ОПК-1</b>                    | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i> | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.16<br/>Знает:</i>      | <i>- содержание и правила оформления документов планирования для занятий баскетболом</i>  | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.24<br/>Умеет:</i>      | <i>- определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов баскетбола;</i>   | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.28<br/>Имеет опыт:</i> | <i>- планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств баскетбола.</i>  | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <b>ОПК-3</b>                    | <i>Способен проводить занятия и</i>   | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |



|   |  |                  |                  |                  |
|---|--|------------------|------------------|------------------|
|   | <i>физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</i>   |                  |                  |                  |
| <i>ОПК-3.1.</i><br><i>ОПК-3.2</i><br><i>ОПК-3.3</i><br><i>ОПК-3.4</i> | <i>Знает:</i><br>-прикладное значение базовых видов спорта;<br>- классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) в баскетболе;<br>- средства, методы и приемы обучения игре в баскетбол;<br>- организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов баскетбола.  | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |
| <i>ОПК-3.5</i><br><i>ОПК-3.6</i><br><i>ОПК-3.7</i><br><i>ОПК-3.8</i>  | <i>Умеет:</i><br>- показывать наглядно и правильно выполнять баскетбольные упражнения;<br>- правильно подбирать средства и методы для проведения тренировочных занятий по баскетболу;<br>- осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами баскетбола;<br>- использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по баскетболу. | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |
| <i>ОПК-3.9</i><br><i>ОПК-3.10</i><br><i>ОПК-3.11</i>                  | <i>Имеет опыт</i><br>:- технически правильного исполнения баскетбольных упражнений;<br>- участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по баскетболу;<br>- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием элементов баскетбола.   | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |

#### **4. Структура и содержание дисциплины (модуля)**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы/ 108 часов на очной и заочной формах обучения.

##### **4.1. Тематическое планирование и содержание курса для студентов очной формы обучения**

Дисциплина «Баскетбол» включает следующие виды занятий: теоретические занятия (лекции) – 2 часа, практические занятия – 46 часа, 60 часов самостоятельной работы по изучаемым темам.

###### *4.1.1. Тематический план*

| №  | Раздел дисциплины (модуля)  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1  | <b>Раздел: Общие основы баскетбола</b>                              | I       | I       | II      | 2   | 2                         | 8                      |          | <b>Семестровый зачет</b>                      |
|    | Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола       | I       | I       | II      | 2   | -                         | 4                      |          |   |
|    | Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире | I       | I       | II      | -   | 2                         | 4                      |          |   |
| 2. | <b>Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе</b>        | I       | I       | II      | -   | 16                        | 28                     |          |   |
|    | Тема: Характеристика игры   | I       | I       | II      | -   | 2                         | 8                      |          |   |
|    | Тема: Техника баскетбола  | I       | I       | II      | -   | 8                         | 12                     |          |   |
|    | Тема: Тактика баскетбола  | I       | I       | II      | -   | 6                         | 8                      |          |   |
| 3. | <b>Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства</b>     | I       | I       | II      | -   | 22                        | 12                     |          |   |
|    | Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола                | I       | I       | II      | -   | 22                        | 12                     |          |   |
| 4. | <b>Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу</b> | I       | I       | II      | -   | 6                         | 12                     |          |   |

|   |   |   |    |          |           |           |  |              |
|---|---|---|----|----------|-----------|-----------|--|--------------|
| Тема:<br>Современные<br>правила<br>баскетбола                 | I | I | II | -        | 4         | 8         |  |              |
| Тема: Методика<br>организации и<br>проведения<br>соревнований | I | I | II | -        | 2         | 4         |  |              |
| <b>Итого часов:</b>   |   |   |    | <b>2</b> | <b>46</b> | <b>60</b> |  | <b>зачет</b> |

**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)).*

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение курса завершается зачетом в конце изучения дисциплины.

**Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающихся зачетом**

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

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

Самостоятельная работа студентов подразумевает ознакомление со специальной литературой, интернет-сайтами соответствующего содержания, а так же со специально-подготовленными пособиями, просмотром учебно-тренировочных занятий и матчей по баскетболу.

*5.1.1. Тематика рефератов, презентаций, эссе:*

1. Возникновение и развитие баскетбола в России и Мире;
2. История Олимпийского баскетбола;
3. История участия советских и российских команд по баскетболу в крупнейших международных соревнованиях
4. Современное состояние мирового баскетбола;
5. Современное состояние баскетбола в России;
6. Баскетбол и его разновидности. Мини-баскетбол;
7. Баскетбол и его разновидности. Стритбол;
8. Баскетбол и его разновидности. Баскетбол для инвалидов-колясочников;
9. Крупнейшие международные соревнования текущего года для сборных команд и участие в них Российских сборных по баскетболу;
10. Итоги российских соревнований по баскетболу прошедшего года;
11. Методика обучения баскетболу;

- 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).

#### 5.1.2.Контрольные упражнения по технической подготовке

##### *1. «Перемещения в защитной стойке»*

Описание:

Студент располагается в центре лицевой линии, по сигналу начинает выполнять перемещения в защитной стойки по заранее установленным фишкам и обозначенной траектории. Перемещения выполняются лицом, спиной вперед, правым и левым боком. Фиксируется время выполнения упражнения от начала движения до касания исходной фишки.

Условия:

Перемещения в защитной стойке выполняются с учетом установленных ОМУ (при перемещении нет фазы полета, ноги не скрещиваются).

##### *2. «Остановка двумя шагами при получении мяча и остановка двумя шагами после ведения мяча»*

Описание:

Студент располагается в центре лицевой линии, по сигналу обычным бегом двигается вперед, по повторному сигналу выполняет «автопас», ловит мяч и выполняет остановку двумя шагами, после чего демонстрирует поворот вперед/назад.

Условия:

Технические приемы остановка и повороты выполняются с учетом ОМУ (нарушение правила «пробежки»).

##### *3.«Ведение мяча»*

Описание:

Студент с мячом в руках располагается на середине центральной линии ноги в параллельной стойке. По сигналу ему необходимо выполнить скоростную обводку 6 конусов, переводя мяч с правой на левую руку. Движение выполняется туда и обратно.

Условия:

Необходимо выполнить ведение мяча без ошибок (нарушение правила «двойное ведение мяча», пронос мяча).

##### *4. Комплексное контрольное упражнение «Ведение мяча, бросок в кольцо с двух шагов»*

Описание:

Студент с мячом в руках располагается под 45° к кольцу за 3-х очковой линией. По сигналу начинает выполнять ведение мяча и бросок в кольцо.

Условия:

Упражнение выполняется с правой и левой стороны. Студент должен знать и уметь определить толчковую ногу и, бросающую мяч, руку. Необходимо не менее 1 раза забросить мяч в кольцо и не допустить ошибок, предусмотренных правилами игры.

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

##### 5.2.1. Перечень контрольных вопросов к зачету

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. Классификация техники игры.
8. Методика обучения технике игры.
9. Классификация тактики игры.
10. Методика обучения тактике игры.
11. Оборудование и инвентарь баскетбольного зала.
12. Понятия «техника», «классификация техники» и «прием техники».
13. Анализ, примеры записи схем тактических действий (по заданию преподавателя).
14. Методика построения занятий по баскетболу, обеспечивающая предотвращение травматизма игроков.
15. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
16. Игровая площадка. Размеры и разметка.
17. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
18. Игровая форма и экипировка.
19. Игровое время, периоды и дополнительные периоды.
20. Заброшенный мяч: когда он брошен и его цена.
21. Замена игроков.
22. Нарушения: Игрок или мяч за пределами площадки.
23. Ведение мяча, неправильное ведение мяча.
24. Нарушения: Пробежка.
25. Нарушения: 3 секунды.
26. Нарушения: Мяч, возвращенный в тыловую зону.
27. Нарушения: 8 секунд.
28. Нарушения: 24 секунды.
29. Нарушения: Помеха попаданию и помеха мячу при броске.
30. Фолы: Персональный, обоюдный, неспортивный, дисквалифицирующий, технический.
31. Пять фолов игрока, командные фолы, штрафные броски.
32. Методика ведения протокола игры в баскетболе.

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

### **а) Основная литература:**

1. Нестеровский Д.И. Теория и методика баскетбола: учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению "Пед. образование": рек. УМО по образованию в обл. подгот. пед. кадров / Д.И. Нестеровский. - 6-е изд., перераб. - М.: Academia, 2014. - 349 с.

### **б) Дополнительная литература:**

1. Григорьева И.И., Черноног Д.Н. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Часть 1. Организация тренировочного процесса/ И.И. Григорьева, Д.Н. Черноног. – М.: Спорт, 2016. – 296 с.

2. Зинин А.М. Тренер. Секреты мастерства. – М.: Издательство «Перо», 2017. – 222с.

3. Инновационные технологии в спортивных играх: теория и практика. Вып. 5: (сб. лекций): учеб. пособие для студентов вузов физ. культуры / [авт.-сост. В.П. Черемисин]: Моск. гос. акад. физ. культуры. - Малаховка: [МГАФК], 2010. - 257 с.

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

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

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

7. Научные исследования в избранном виде спорта (баскетбол) [Электронный ресурс]: рабочая прогр. дисциплины: направление подгот. 49.03.01: профиль подгот.: "Физ. культура": квалификация (степень) выпускника - Акад. бакалавр: форма обучения - оч., заоч.: утв. и рек. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВПО "РГУФКСМиТ" / сост.: Костикова Л.В. [и др.]: М-во спорта, туризма и молодеж. политики РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. проф. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)". - М., 2015

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

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

10. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: учеб. для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура: доп. Умо по специальностям пед. образования / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - 5-е изд., стер. - М.: Academia, 2008. - 518 с.

11. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол: в ред. приказа Минспорта Рос. от 23.07.2014 г. № 620 / М-во спорта РФ. - [М.]: [Сов. спорт], [2016]. - 25 с.

12. Яхонтов Е.Р. Физическая подготовка баскетболистов: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 032101: доп. Федер. агентством по физ. культуре и спорту / Е.Р. Яхонтов: Федер. агентство по физ. культуре и спорту, С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта, Высш. шк. тренеров по баскетболу. - 4-е изд., стер. - СПб.: [Олимп-СПб], 2008. - 134 с.

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

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

2. [www.russiabasket.ru](http://www.russiabasket.ru) – Официальный сайт РФБ

3. [www.fiba.com](http://www.fiba.com) – Сайт ФИБА

4. <http://минобрнауки.рф/> – сайт Министерства образования и науки Российской Федерации.

5. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

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

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

➤ Национальный цифровой ресурс «Рукопт» ЭБС [www.rucont.ru](http://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 Internet.

### **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 Berhringer FBQ;
- Экран Varonet 152\*203 MW.

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

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

4. Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

| Наименование вида спорта | Оснащенность специальных помещений для проведения занятий   |
|--------------------------|---|
| баскетбол                | Площадка 28x15м. Баскетбольные щиты с кольцами: 10 стационарных и 4 мобильных баскетбольные кольца, инвентарь |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) **«Баскетбол»** для обучающихся **института спорта и физического воспитания I курса**, направления подготовки/ специальности **49.03.01 – «Физическая культура»**

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе; Спортивная подготовка в волейболе; Спортивная подготовка в гандболе; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта; Спортивная подготовка в компьютерном спорте; Спортивная подготовка в теннисе; Спортивная подготовка в футболе; Спортивная подготовка в хоккее; Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге; Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте; Спортивная подготовка в единоборствах; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта; Спортивная подготовка в фехтовании; Спортивная подготовка в современном пятиборье и восточных боевых искусствах; Спортивная подготовка в гимнастике; Спортивная подготовка в грибном и парусном спорте; Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и керлинге; Спортивная подготовка в легкой атлетике; Спортивная подготовка в лыжном спорте; Спортивная подготовка в танцевальном спорте; Спортивная подготовка в спортивном и синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло; Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес  
**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: **Теории и методики баскетбола.**

Сроки изучения дисциплины (модуля): **1 семестр – 1, 2 потоки, 2 семестр – 3 поток**

Форма промежуточной аттестации: **зачёт**

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

| №                   | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости                    | Сроки проведения (1 или 2 сем) |                    | Максимальное количество баллов |
|---------------------|---|--------------------------------|--------------------|--------------------------------|
|                     |   | 1 сем                          | 2 сем              |                                |
| 1                   | Посещение занятий   | Весь период                    | Весь период        | До 20                          |
| 2                   | Составление плана конспекта по, установленным преподавателем, задачам.      | В течении семестра             | В течении семестра | 5                              |
| 3                   | Проведение части занятия в соответствии с задачами и планом его проведения. | В течении семестра             | В течении семестра | 10                             |
| 4                   | Методическое занятие по правилам судейства                                  | 11 неделя семестра             | 11 неделя семестра | 5                              |
| 5                   | Тестирование по основам судейства (на примере учебной игры)                 | 13 неделя семестра             | 13 неделя семестра | 10                             |
| 6                   | Контрольное занятие: сдача нормативов по технике баскетбола                 | 15 неделя семестра             | 15 неделя семестра | 40                             |
| 7                   | Семинарское занятие: основы методики обучения технике баскетбола            | 17 неделя семестра             | 17 неделя семестра | 10                             |
| <b>Итого баллов</b> |   |                                |                    | <b>100</b>                     |
| <b>Зачет</b>        |   |                                |                    | <b>от 61-100</b>               |



### Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                           | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|----------------------------|
| 1 | Подготовка доклада, реферата по теме пропущенного занятия     | 5                          |
| 2 | Презентация по теме пропущенного занятия                      | 8                          |
| 3 | Подготовка плана-конспекта учебного занятия                   | 5                          |
| 4 | Участие в организации и проведении соревнований по баскетболу | 10                         |

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

✓ Максимальное количество баллов начисляется при условии выполнения задания на «отлично»; при выполнении задания на «хорошо» начисляется 80% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «удовлетворительно» начисляется 60% от максимального количества баллов; при выполнении задания на «неудовлетворительно» баллы не начисляются.

✓ Задания являются обязательными к выполнению. В случае невыполнения или получения неудовлетворительной оценки за выполнение обязательных заданий итоговая оценка будет неудовлетворительной независимо от суммы баллов, набранных на других видах текущего контроля.

✓ По согласованию с преподавателем, студент может выполнять дополнительные задания, не указанные в таблице, за которые также начисляются дополнительные баллы, но не более 5 баллов за каждое задание.

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Главной составной частью зачетно-экзаменационных требований, обязательным условиям допуска студента к зачету являются результаты текущей отчетности по каждому самостоятельно выполненному заданию. Изучение дисциплины завершается зачетом.

#### Шкала итоговых оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

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 баскетбола

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

**Б1.О.26.01 «БАСКЕТБОЛ»**

Направление подготовки/специальность:  
**49.03.01 – Физическая культура**

**Профили:** Спортивная подготовка в баскетболе; Спортивная подготовка в волейболе; Спортивная подготовка в гандболе; Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта; Спортивная подготовка в компьютерном спорте; Спортивная подготовка в теннисе; Спортивная подготовка в футболе; Спортивная подготовка в хоккее; Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге; Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте; Спортивная подготовка в единоборствах; Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта; Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта; Спортивная подготовка в фехтовании; Спортивная подготовка в современном пятиборье и восточных боевых искусствах; Спортивная подготовка в гимнастике; Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте; Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и керлинге; Спортивная подготовка в легкой атлетике; Спортивная подготовка в лыжном спорте; Спортивная подготовка в танцевальном спорте; Спортивная подготовка в спортивном и синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло; Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 зачетных единицы/ 108 часов на очной форме обучения.**

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

*2.1. 1 семестр (1,2 потоки) и 2 семестр (3 поток) на очной форме обучения.*

**3. Целями освоения дисциплины (модуля) «Баскетбол»:**

- формирование готовности студентов к педагогической деятельности в области физической культуры и спорта;
- овладение педагогическими знаниями, умениями и навыками;
- умение целенаправленно применять средства и методы баскетбола в педагогической деятельности.

*Дисциплина «Баскетбол» 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 компетенции/наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1                               | 2   |  |                                |                                |
| <b>ОПК-1</b>                    | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i> | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.16<br/>Знает:</i>      | <i>- содержание и правила оформления документов планирования для занятий баскетболом</i>  | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.24<br/>Умеет:</i>      | <i>- определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов баскетбола;</i>   | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |
| <i>ОПК-1.28<br/>Имеет опыт:</i> | <i>- планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств баскетбола.</i>  | <i>1 семестр</i>                               | <i>1 семестр</i>               | <i>2 семестр</i>               |

|   |  |                  |                  |                  |
|---|--|------------------|------------------|------------------|
| <b>ОПК-3</b>  | <i>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</i>  | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |
| <i>ОПК-3.1.</i><br><i>ОПК-3.2</i><br><i>ОПК-3.3</i><br><i>ОПК-3.4</i> | <i>Знает:</i><br>-прикладное значение базовых видов спорта;<br>- классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) в баскетболе;<br>- средства, методы и приемы обучения игре в баскетбол;<br>- организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов баскетбола.  | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |
| <i>ОПК-3.5</i><br><i>ОПК-3.6</i><br><i>ОПК-3.7</i><br><i>ОПК-3.8</i>  | <i>Умеет:</i><br>- показывать наглядно и правильно выполнять баскетбольные упражнения;<br>- правильно подбирать средства и методы для проведения тренировочных занятий по баскетболу;<br>- осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами баскетбола;<br>- использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по баскетболу. | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |
| <i>ОПК-3.9</i><br><i>ОПК-3.10</i><br><i>ОПК-3.11</i>                  | <i>Имеет опыт</i><br>:- технически правильного исполнения баскетбольных упражнений;<br>- участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по баскетболу;<br>- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием элементов баскетбола.   | <i>1 семестр</i> | <i>1 семестр</i> | <i>2 семестр</i> |

## **5.Краткое содержание дисциплины (модуля):**

Курс дисциплины «Баскетбол» включает следующие виды занятий: теоретические занятия (лекции) – 2 часа, практические занятия – 46 часа, 60 часов самостоятельной работы по изучаемым темам для студентов **очной формы обучения**.

### *5.1. Тематическое планирование для **очной** формы обучения*

| №  | Раздел дисциплины (модуля)  | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1  | <b>Раздел: Общие основы баскетбола</b>                              | I       | I       | II      | 2   | 2                         | 8                      |          | <b>Семестровый зачет</b>                      |
|    | Тема: Современное состояние и перспективы развития баскетбола       | I       | I       | II      | 2   | -                         | 4                      |          |   |
|    | Тема: История возникновения и развития баскетбола в России и в мире | I       | I       | II      | -   | 2                         | 4                      |          |   |
| 2. | <b>Раздел 2 Содержание игровой деятельности в баскетболе</b>        | I       | I       | II      | -   | 16                        | 28                     |          |   |
|    | Тема: Характеристика игры   | I       | I       | II      | -   | 2                         | 8                      |          |   |
|    | Тема: Техника баскетбола  | I       | I       | II      | -   | 8                         | 12                     |          |   |
|    | Тема: Тактика баскетбола  | I       | I       | II      | -   | 6                         | 8                      |          |   |
| 3. | <b>Раздел 3 Формирование навыков педагогического мастерства</b>     | I       | I       | II      | -   | 22                        | 12                     |          |   |
|    | Тема: Методика обучения технике и тактике баскетбола                | I       | I       | II      | -   | 22                        | 12                     |          |   |
| 4. | <b>Раздел 4 Организация и проведение соревнований по баскетболу</b> | I       | I       | II      | -   | 6                         | 12                     |          |   |

|   |   |   |    |          |           |           |  |              |
|---|---|---|----|----------|-----------|-----------|--|--------------|
| Тема:<br>Современные<br>правила<br>баскетбола                 | I | I | II | -        | 4         | 8         |  |              |
| Тема: Методика<br>организации и<br>проведения<br>соревнований | I | I | II | -        | 2         | 4         |  |              |
| <b>Итого часов:</b>   |   |   |    | <b>2</b> | <b>46</b> | <b>60</b> |  | <b>зачет</b> |

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**

**«Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ»**

(шифр, наименование в соответствии с учебным планом)

Направление подготовки: 49.03.01 «Физическая культура»

Направленность (профиль): Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры теории и методики волейбола  
(наименование)  
Протокол № 1 от «31» августа 2019 г.

Составители:

Булыкина Лариса Владимировна – к. пед. н., доцент, заведующий кафедрой,  
кафедра теории и методики волейбола

Ананьин Александр Сергеевич – к. пед. н., старший преподаватель, кафедра  
теории и методики волейбола

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



## **1. Цель освоения дисциплины**

Цель освоения дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ" подготовка квалифицированных специалистов по физической культуре и спорту, в частности, изучение технологии проведения занятий по волейболу.

Дисциплина (модуль) «Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ» реализуется на русском языке.

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

Программа дисциплины (модуля) «Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ВО) с учетом рекомендаций примерной основной образовательной программы (ПООП), на основе учебного плана по направлениям подготовки ФГОС ВО третьего поколения: 49.03.01 «Физическая культура», профиль «Спортивная подготовка в избранном виде спорта».

При разработке программы были использованы следующие нормативные документы:

- ФГОС ВО и учебный план по направлению подготовки 49.03.01 «Физическая культура».

Дисциплина "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ", является 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 волейбола как средства для упрочения и сохранения здоровья и поддержания высокой работоспособности; методике проведения занятий волейболом с учетом возрастных и индивидуальных особенностей

занимающихся; составлении конспекта занятий по волейболу. В процессе обучения студент приобретает навыки проведения занятий по обучению волейбола (в том числе прикладными, необходимыми в избранной профессии) и личный опыт выполнения упражнений.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-1   | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста.  | 1  | 1                              | 2                              |
| ОПК-1.16.   | Знает содержание и правила оформления документов планирования в базовых видах спорта (БВС).   |  |                                |                                |
| ОПК-1.24.   | Умеет определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов БВС.   |  |                                |                                |
| ОПК-1.28.   | Имеет опыт планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств БВС.   |  |                                |                                |
| ОПК-3   | Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке. |  |                                |                                |
| ОПК - 3.1   | Знает прикладное значение базовых видов спорта.   |  |                                |                                |
| ОПК – 3.2   | Знает классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) базовых видов спорта.   |  |                                |                                |
| ОПК – 3.3   | Знает средства, методы и приемы обучения БВС.   |  |                                |                                |

|            |  |  |  |
|------------|--|--|--|
| ОПК – 3.4  | Знает организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов БВС. |  |  |
| ОПК – 3.5  | Умеет показывать наглядно и правильно выполнять упражнения БВС.  |  |  |
| ОПК – 3.6  | Умеет правильно подбирать средства и методы БВС для проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта (ИВС).                                |  |  |
| ОПК – 3.7  | Умеет осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами БВС.   |  |  |
| ОПК – 3.8  | Умеет использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по БВС.  |  |  |
| ОПК – 3.9  | Владеет техникой выполнения упражнений БВС.  |  |  |
| ОПК – 3.10 | Имеет опыт участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по БВС.   |  |  |
| ОПК – 3.11 | Имеет опыт проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств БВС.  |  |  |

#### 4. Структура и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ" составляет 3 зачетных единицы, 108 академических часа, из которых 2 часа занятий лекционного типа, 46 часов занятий семинарского типа и 60 часов самостоятельной подготовки.

#### Очная форма обучения

| № | Раздел дисциплины (модуля)                      | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                      |                        | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|---|---|---------|---------|---------|--|----------------------|------------------------|---|
|   |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного  | Занятия семинарского | Самостоятельная работа |   |
| 1 | Введение в дисциплину. Техника безопасности при | 1       | 1       | 2       | 1  |                      | 2                      |   |

|          |   |                               |   |   |          |           |           |  |              |
|----------|---|-------------------------------|---|---|----------|-----------|-----------|--|--------------|
|          | <b>организации и проведении занятий волейболом</b>                                      |                               |   |   |          |           |           |  |              |
| <b>2</b> | <b>Техника игры</b>   | 1                             | 1 | 2 |          | <b>12</b> | <b>12</b> |  |              |
| 2.1      | Основные понятия и классификация техники  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 2.2      | Техника передачи мяча сверху  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 2.3      | Техника передачи мяча снизу   | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 2.4      | Техника нападения   | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 2.5      | Техника блокирования  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 2.6      | Техника подачи  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| <b>3</b> | <b>Основы методики обучения, воспитания и тренировки в волейболе</b>                    | 1                             | 1 | 2 |          | <b>20</b> | <b>32</b> |  |              |
| 3.1      | Методика обучения приемам и технике игры в нападении                                    | 1                             | 1 | 2 |          | 10        | 16        |  |              |
| 3.2      | Методика обучения приемам и технике защиты  | 1                             | 1 | 2 |          | 10        | 16        |  |              |
| <b>4</b> | <b>Правила игры, организации и проведения соревнований по волейболу</b>                 | 1                             | 1 | 2 | <b>1</b> | <b>10</b> | <b>12</b> |  |              |
| 4.1      | Основные положения Правил соревнований  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 2         |  |              |
| 4.2      | Правила организации и методика проведения соревнований по волейболу                     | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 4         |  |              |
| 4.3      | Методика судейства соревнований по волейболу  | 1                             | 1 | 2 |          | 2         | 4         |  |              |
| 4.4      | Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по волейболу        | 1                             | 1 | 2 |          | 4         | 2         |  |              |
| <b>5</b> | <b>Волейбол в государственной системе физического воспитания</b>                        | 1                             | 1 | 2 |          |           | <b>2</b>  |  |              |
| <b>6</b> | <b>Тестирование уровня физической подготовленности студентов (начальное и итоговое)</b> | 1                             | 1 | 2 |          | <b>4</b>  |           |  |              |
|          |   | <b>Итого часов: 108 часов</b> |   |   | <b>2</b> | <b>46</b> | <b>60</b> |  | <b>зачет</b> |

## **5.Оценочные средства для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) "Б1.О.26.02 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) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ"

5.2. Перечень оценочных средств для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ".

**Контрольные вопросы и задания для промежуточной аттестации  
(для зачета) студентов**

1. Волейбол как эффективное средство оздоровления населения.
2. Волейбол в общеобразовательной школе.
3. Структура соревновательной деятельности в волейболе.
4. Содержание соревновательной деятельности в волейболе.
5. Требования соревновательной деятельности к личностным и психическим качествам волейболиста.
6. Физиологические показатели физической нагрузки волейболиста.
7. Психическая напряженность игровой деятельности в волейболе.
8. Классификации техники игры нападения.
9. Классификация техники игры защиты.
10. Специфика подготовки мест занятий на различных этапах подготовки волейболистов.
11. Требования к обеспечению безопасности занимающихся во время проведения занятий.
12. Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
13. Формы организации и проведения занятий по волейболу.
14. Основные положения правил соревнований по волейболу.
15. Классификация международных и всероссийских соревнований по волейболу.
16. Основные документы планирования и проведения соревнований по волейболу.
17. Требования к подготовке протоколов соревнований по волейболу.
18. Возрастные категории участников соревнований по волейболу.
19. Состав судейской бригады и функции каждого участника в соревнованиях по волейболу.
20. Основные способы и системы проведения соревнований по волейболу.

21. Организация и судейство соревнований по волейболу.

Вопросы по правилам игры:

1. Характеристика игры. Цель команд и определение победителя.
2. Игровое поле. Размеры, линии, зоны и места на площадке.
3. Стойки, сетка (высота), антенны и ленты.
4. Игроки команд. Количественный состав команд. Права и обязанности капитана команды.
5. Игровая форма и экипировка.
6. Игровой формат. Набор очка, выигрыш партии и матча.
7. Начальная расстановка команды.
8. Позиции и позиционные ошибки.
9. Состояния игры: мяч в игре, мяч вне игры, мяч в площадке мяч «за».
10. Игра с мячом: удары команды, характеристика удара и ошибки при игре с мячом.
11. Мяч у сетки.
12. Подача (очередность, разрешение, выполнение, ошибки и «заслон»).
13. Блокирование и удары команды, ошибки.
14. Замены игроков и тайм-ауты.
15. Интервалы и смена площадок.
16. Игрок «либеро».
17. Поведение участников и санкции (шкала санкций).
18. Судьи (судейская бригада и судьи).
19. Жесты судей.
20. Методика ведения протокола игры.

**6. Учебно-методическое и информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ".**

а) Основная литература:

**Список основной и дополнительной литературы:**

**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.

2)Возникновение, развитие и эволюция волейбола [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Л.В. Булыкина, Н.Ю. Белова, В.Л. Свиридов, Е.В. Фомин .— М. : РГУФКСМиТ, 2018 .— 62 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/704880/info>

3)Суханов, А.В. Физическая подготовка волейболистов [Электронный ресурс]: курс лекций по волейболу для студентов, обучающихся по направлениям: 49.03.01 «Физ. культура» профиль «Спортив. подготовка», «Спортив. подготовка в избр. виде спорта»; 44.03.01 «Пед. образование» / Н.Ю. Белова, А.С. Ефимов, А.В. Суханов .— М. : РГУФКСМиТ, 2019 .— 111 с. — Режим доступа: <https://lib.rucont.ru/efd/704879tmID>

#### **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.

2)Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры : [учеб.-метод. пособие] / А.В. Беляев. - 2-е изд. - М.: ФиС: СпортАкадемПресс, 2005. - 143 с.: ил.

3)Булыкина Л.В. Факторы, влияющие на эффективность соревновательной деятельности волейболистов [Электронный ресурс] : метод. рекомендации по волейболу для студентов ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" обучающихся по направлению 49.03.01 : профиль "Спортив. подгот." : по направлению 49.04.03, 44.03.01 : рек. к изд. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Булыкина Л.В., Григорьев В.А., Белов Г.В. ; М-во спорта РФ, Федер. гос. бюджет. образоват. учреждение высш. образования "Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)", Каф. теории и методики волейбола. - М., 2016.

4)Волейбол высшего уровня / Всерос. федерация волейбола. - М.: Олимпия: Человек, 2007. - 31 с.: ил.

5)Губа В.П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства: монография/ В.П. Губа, Л.В. Булыкина, П.В. Пустошило.- М.: Спорт, 2019.-192 с.

- 6) Клещев Ю. Волейбол / Ю. Клещев. - М.: ФиС, 2005. - 399 с.: ил.
- 7) Клещев Ю.Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям : [учеб. пособие] / Клещев Ю.Н. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 189 с.: рис.
- 8) Кунянский В.А. Волейбол : практикум для судей / В.А. Кунянский. - М.: ТВТ Дивизион, 2004. - 177 с.: ил.
- 9) Кунянский В.А. Волейбол: О судьях и судействе / Кунянский В.А.; ред. Савин М.В., Питерцев Ю.В. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. - 180 с.: табл.
- 10) Методика обучения блокированию [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие по волейболу для студентов ФГБОУ ВО РГУФКСМиТ, обучающихся по направлению 49.03.01 : профиль "Спортив. подгот." : рек. к изд. Эмс ИСиФВ ФГБОУ ВО "РГУФКСМиТ" / Фомин Е.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., 2015.
- 11) Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол» (спортивные дисциплины «Волейбол» и «Пляжный волейбол»). / Под общей редакцией Ю.Д. Железняк, В.В. Костюкова, А.В. Чачина – М.: 2016. – 210 с.
- 12) 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.
- 13) Структура и содержание соревновательной деятельности в волейболе: монография / Л.В. Булыкина, А.С. Ананьин. - М.: Спортивная книга, 2019.- 100с.
- 14) Суханов А.В. Техничко-тактические особенности при обучении блокирования нападающих ударов в волейболе [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие по волейболу для студентов, обучающихся по направлениям: 49.04.03 «Спорт»; 49.03.01 «Физ. культура» профиль «Спортив. подготовка», «Спортив. подготовка в избр. виде спорта» / В.А. Григорьев, Е.В. Фомин, А.В. Суханов .— М. : РГУФКСМиТ, 2019 .— 56 с. : ил. — Режим доступа <https://lib.rucont.ru/efd/704881>
- 15) Технология совершенствования скоростной подачи в волейболе: монография/ Л.В.Булыкина, А.В. Дворников. - М.: Спортивная книга, 2019.- 92с.
- 16) Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе: сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции/ [под ред. А.В. Сысоева, О.Н. Савинковой, И.В. Смольяновой]; ФГБОУ ВО "ВГИФК; УО "ВГУ имени П.М. Машерова"; ФФК УО "ГГУ им. Ф. Скорины". - Воронеж: Издательско-полиграфический центр "Научная книга", 2019.-536 с.
- 17) Фурманов А.Г. Волейбол: [учеб. пособие] / А.Г. Волейбол. - Минск: Современ. шк., 2009. - 227 с.: ил.
- 18) 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.

- 19) 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>

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) "Б1.О.26.02 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:*

1."Университетская библиотека онлайн" ЭБС [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)

2.Национальный цифровой ресурс "Рукопт" ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)

3.Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

4.Информационно-правовое обеспечение – Гарант [www.garant.ru](http://www.garant.ru)

**6.Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ".**

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения практических занятий, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

1. Мультимедийный класс: ауд. 54 (Д) СК, включающий специализированное оборудование: персональный компьютер с выходом в сеть Internet, экран, мультимедийный проектор, видеоплеер стандарта VHS, телевизор-видеомонитор, DVD-плеер, фотоаппарат (кинокамера), видеозаписи.

2. Учебные аудитории: аудитория № 54 (В) СК.

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

4. Спортивный комплекс РГУФКСМиТ:

| <b>Наименование вида спорта</b> | <b>Оснащенность специальных помещений для проведения занятий</b> |
|---------------------------------|--|
| <b>волейбол</b>                 | 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) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ"  
 для обучающихся Института спорта и физического воспитания  
 1 курса, 1 поток, 2 поток  
 направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура»  
 направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
 очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ волейбола  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 1 семестр  
 Форма промежуточной аттестации: зачет

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Посещение учебных занятий                                | Весь период   | 18                         |
| 2 | Сдача контрольных нормативов                             | 14-17 неделя  | 15                         |
| 3 | Правила соревнований по волейболу                        | 16 неделя   | 15                         |
| 4 | Составление положения о соревнованиях по волейболу       | 5-7 неделя  | 7                          |
| 5 | Судейство учебной игры                                   | 8-16 неделя   | 10                         |
| 6 | Составление план - конспекта занятия                     | 5-6 неделя  | 10                         |
| 7 | Проведение учебного занятия                              | 8-16 неделя   | 10                         |
|   | Зачёт  | 17 неделя   | 15                         |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                          | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Составление план - конспекта занятия, пропущенного студентом | 5                          |
| 2 | Просмотр и анализ соревнований сборных команд РГУФКСМиТ      | 5                          |
| 3 | Написание реферата   | 5                          |
| 4 | Презентация по теме «История развития волейбола»             | 5                          |

<sup>1</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### 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, 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      |

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

по дисциплине (модулю) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ"  
 для обучающихся Института спорта и физического воспитания  
 1 курса, 3 поток  
 направления подготовки/ специальности 49.03.01 «Физическая культура»  
 направленности (профилю) «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»  
 очной формы обучения

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: ТиМ волейбола  
 Сроки изучения дисциплины (модуля): 2 семестр  
 Форма промежуточной аттестации: зачет

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

| № | Форма оценочного средства текущего контроля успеваемости | Сроки проведения на очной форме обучения (в неделях) <sup>2</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|---|----------------------------|
| 1 | Посещение учебных занятий                                | Весь период   | 18                         |
| 2 | Сдача контрольных нормативов                             | 39-41 неделя  | 15                         |
| 3 | Правила соревнований по волейболу                        | 42 неделя   | 15                         |
| 4 | Составление положения о соревнованиях по волейболу       | 30-32 неделя  | 7                          |
| 5 | Судейство учебной игры                                   | 33-36 неделя  | 10                         |
| 6 | Составление план - конспекта занятия                     | 29-31 неделя  | 10                         |
| 7 | Проведение учебного занятия                              | 30-41 неделя  | 10                         |
|   | Зачёт  | 43 неделя   | 15                         |
|   | <b>ИТОГО</b>   |   | <b>100 баллов</b>          |

Виды дополнительных заданий для обучающихся, пропустивших занятия

| № | Виды текущего контроля успеваемости                          | Максимальное кол-во баллов |
|---|--|----------------------------|
| 1 | Составление план - конспекта занятия, пропущенного студентом | 5                          |
| 2 | Просмотр и анализ соревнований сборных команд РГУФКСМиТ      | 5                          |
| 3 | Написание реферата   | 5                          |
| 4 | Презентация по теме «История развития волейбола»             | 5                          |

<sup>2</sup> Графа заполняется только в рамках очной формы обучения.

### 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, 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 волейбола**

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

**"Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ"**

Направление подготовки: **49.03.01 «Физическая культура»**

Направленность (профиль): **«Спортивная подготовка в волейболе»**

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

## Общая трудоемкость дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ"

составляет 3 зачетных единицы.

### 1.Семестр(ы) освоения дисциплины (модуля):

Очная форма обучения: 1 семестр – 1, 2 потоки; 2 семестр – 3 поток.

### 2.Цель освоения дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ":

подготовка квалифицированных специалистов по физической культуре и спорту, в частности, изучение технологии проведения занятий по волейболу.

Дисциплина (модуль) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ" реализуется на русском языке.

### 3.Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю) "Б1.О.26.02 ВОЛЕЙБОЛ":

В результате освоения дисциплины студент должен овладеть следующими компетенциями:

| 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                      |
| ОПК-1            | Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей, занимающихся различного пола и возраста. | 1 (1;2 потоки)<br>2 (3 поток)                  |                             | 4                      |
| ОПК-1.16.        | Знает содержание и правила оформления документов планирования в базовых видах спорта (БВС).  |  |                             |                        |
| ОПК–1.24.        | Умеет определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов БВС.  |  |                             | 4                      |
| ОПК-1.28.        | Имеет опыт планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств БВС.  |  |                             |                        |
| ОПК-3            | Способен проводить занятия и физкультурно-   |  |                             | 4                      |



|            |  |  |   |
|------------|--|--|---|
|            | <b>спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке.</b> |  |   |
| ОПК - 3.1  | Знает прикладное значение базовых видов спорта.  |  | 4 |
| ОПК – 3.2  | Знает классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) базовых видов спорта.  |  |   |
| ОПК – 3.3  | Знает средства, методы и приемы обучения БВС.  |  |   |
| ОПК – 3.4  | Знает организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов БВС.   |  |   |
| ОПК – 3.5  | Умеет показывать наглядно и правильно выполнять упражнения БВС.  |  |   |
| ОПК – 3.6  | Умеет правильно подбирать средства и методы БВС для проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта (ИВС).  |  |   |
| ОПК – 3.7  | Умеет осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами БВС.   |  |   |
| ОПК – 3.8  | Умеет использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по БВС.  |  |   |
| ОПК – 3.9  | Владеет техникой выполнения упражнений БВС.  |  |   |
| ОПК – 3.10 | Имеет опыт участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по БВС.   |  |   |
| ОПК – 3.11 | Имеет опыт проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств БВС.  |  |   |

#### 4.Краткое содержание дисциплины (модуля) "Б1.О.26.02 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) |
|---|----------------------------|---------|--|---|
|---|----------------------------|---------|--|---|

|          |  | <i>1 поток</i>                | <i>2 поток</i> | <i>3 поток</i> | <b>Занятия<br/>лекционного</b> | <b>Занятия<br/>семинарского</b> | <b>Самостоятельна<br/>я работа</b> | <b>Контроль</b> |              |
|----------|--|-------------------------------|----------------|----------------|--------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|-----------------|--------------|
| <b>1</b> | <b>Введение в дисциплину. Техника безопасности при организации и проведении занятий волейболом</b> | 1                             | 1              | 2              | <b>1</b>                       |                                 | <b>2</b>                           |                 |              |
| <b>2</b> | <b>Техника игры</b>  | 1                             | 1              | 2              |                                | <b>12</b>                       | <b>12</b>                          |                 |              |
| 2.1      | Основные понятия и классификация техники   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 2.2      | Техника передачи мяча сверху   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 2.3      | Техника передачи мяча снизу  | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 2.4      | Техника нападения  | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 2.5      | Техника блокирования   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 2.6      | Техника подачи   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| <b>3</b> | <b>Основы методики обучения, воспитания и тренировки в волейболе</b>                               | 1                             | 1              | 2              |                                | <b>20</b>                       | <b>32</b>                          |                 |              |
| 3.1      | Методика обучения приемам и технике игры в нападении   | 1                             | 1              | 2              |                                | 10                              | 16                                 |                 |              |
| 3.2      | Методика обучения приемам и технике защиты   | 1                             | 1              | 2              |                                | 10                              | 16                                 |                 |              |
| <b>4</b> | <b>Правила игры, организации и проведения соревнований по волейболу</b>                            | 1                             | 1              | 2              | <b>1</b>                       | <b>10</b>                       | <b>12</b>                          |                 |              |
| 4.1      | Основные положения Правил соревнований   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 2                                  |                 |              |
| 4.2      | Правила организации и методика проведения соревнований по волейболу                                | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 4                                  |                 |              |
| 4.3      | Методика судейства соревнований по волейболу   | 1                             | 1              | 2              |                                | 2                               | 4                                  |                 |              |
| 4.4      | Овладение навыками организации, проведения и судейства соревнований по волейболу                   | 1                             | 1              | 2              |                                | 4                               | 2                                  |                 |              |
| <b>5</b> | <b>Волейбол в государственной системе физического воспитания</b>                                   | 1                             | 1              | 2              |                                |                                 | <b>2</b>                           |                 |              |
| <b>6</b> | <b>Тестирование уровня физической подготовленности студентов (начальное и итоговое)</b>            | 1                             | 1              | 2              |                                | <b>4</b>                        |                                    |                 |              |
|          |  | <b>Итого часов: 108 часов</b> |                |                | <b>2</b>                       | <b>46</b>                       | <b>60</b>                          |                 | <b>зачет</b> |

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 лыжного спорта**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.26.03 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

Рабочая программа дисциплины утверждена и рекомендована  
решением заседания кафедры теории и методики лыжного спорта  
Протокол № 1 от «2» сентября 2019 г.

Составители:

Баталов Алексей Григорьевич - кандидат педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой теории и методики лыжного спорта;

Сенатская Валентина Геннадьевна - старший преподаватель кафедры  
теории и методики лыжного спорта;

Бурдина Марина Евгеньевна - кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры теории и методики лыжного спорта.

## **1. Цель освоения дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Лыжные гонки» являются:

- овладение общепрофессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжных гонок как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта;
- ознакомление с техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъёмов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;
- ознакомление с организацией и проведением занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учётом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;
- ознакомление со спецификой организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в зимний период, в естественных природных условиях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

Данная дисциплина предназначена для подготовки бакалавров по направлению 49.03.01 «Физическая культура» по профилям Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, аквааэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес.

Дисциплина «Лыжные гонки» относится к дисциплинам обязательной части.

Для освоения программного материала дисциплины необходимы «входные» знания, умения, готовности на уровне требований к поступающим абитуриентам.

Освоение дисциплины «Лыжные гонки» необходимо как предшествующее изучению анатомии, биомеханики, биохимии, физиологии, прохождению практики.

Специфика данной дисциплины предусматривает подготовку бакалавра к профессиональной деятельности преимущественно в естественных зимних природных условиях, в том числе неблагоприятных, иногда экстремальных, что необходимо учитывать при организации и проведении практических занятий.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   | Наименование компетенции / наименование индикатора (ов) достижения компетенции  | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| <b>ОПК-1</b>  | <b>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</b>   | <b>2</b>                                       | <b>2</b>                       | <b>1</b>                       |
| <i>ОПК-1.16</i>   | <i>Знает:<br/>- содержание и правила оформления документов планирования в базовых видах спорта (БВС)</i>  | 2  | 2                              | 1                              |
| <i>ОПК-1.24</i>   | <i>Умеет:<br/>- определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов базовых видов спорта</i>   | 2  | 2                              | 1                              |
| <i>ОПК-1.28</i>   | <i>Имеет опыт:<br/>- планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств базовых видов спорта</i>   | 2  | 2                              | 1                              |
| <b>ОПК-3</b>  | <b>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b> | <b>2</b>                                       | <b>2</b>                       | <b>1</b>                       |
| <i>ОПК-3.1</i>  | <i>Знает:<br/>- прикладное значение базовых видов спорта</i>  | 2  | 2                              | 1                              |
| <i>ОПК-3.2</i>  | <i>Знает:<br/>- классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) базовых видов спорта</i>  | 2  | 2                              | 1                              |
| <i>ОПК-3.3</i>  | <i>Знает:<br/>- средства, методы и приемы обучения базовых видов спорта</i>   | 2  | 2                              | 1                              |
| <i>ОПК-3.4</i>  | <i>Знает:<br/>- организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов</i>   | 2  | 2                              | 1                              |

|                 |   |          |          |          |
|-----------------|---|----------|----------|----------|
|                 | <i>спорта</i>   |          |          |          |
| <i>ОПК-3.5</i>  | <i>Умеет:<br/>- показывать наглядно и правильно выполнять упражнения базовых видов спорта</i>   | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.6</i>  | <i>Умеет:<br/>- правильно подбирать средства и методы базовых видов спорта для проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта (ИВС)</i> | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.7</i>  | <i>Умеет:<br/>- осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами базовых видов спорта</i>                      | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.8</i>  | <i>Умеет:<br/>- использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по базовым видам спорта</i>             | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.9</i>  | <i>Владеет:<br/>- техникой выполнения упражнений базовых видов спорта</i>   | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.10</i> | <i>Имеет опыт:<br/>- участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по базовым видам спорта</i>  | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |
| <i>ОПК-3.11</i> | <i>Имеет опыт:<br/>- проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств базовых видов спорта</i>                     | <i>2</i> | <i>2</i> | <i>1</i> |



#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 **зачётные единицы**,  
108 **академических часов**.

##### очная форма обучения

| №  | Раздел дисциплины   | Семестр |         |         | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся в соответствии с учебным планом (в академических часах) |                           |                        |          | Форма промежуточной аттестации (по семестрам) |
|----|---|---------|---------|---------|---|---------------------------|------------------------|----------|---|
|    |   | 1 поток | 2 поток | 3 поток | Занятия лекционного типа  | Занятия семинарского типа | Самостоятельная работа | Контроль |   |
| 1  | <b>Раздел 1: Зарождение и развитие лыжного спорта</b>             | 2       | 2       | 1       | 2   | -                         | 1                      |          |   |
| 2  | Тема 1.1.: Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта  | 2       | 2       | 1       | 2   | -                         | 1                      |          |   |
| 3  | <b>Раздел 2: Экипировка лыжника, подготовка лыж</b>               | 2       | 2       | 1       | -   | 2                         | 3                      |          |   |
| 4  | Тема 2.1.: Инвентарь лыжника                                      | 2       | 2       | 1       | -   | 2                         | 1                      |          |   |
| 5  | Тема 2.2.: Обувь и одежда лыжника                                 | 2       | 2       | 1       |   |                           | 1                      |          |   |
| 6  | Тема 2.3.: Подготовка лыж   | 2       | 2       | 1       |   |                           | 1                      |          |   |
| 7  | <b>Раздел 3: Основы техники передвижения на лыжах</b>             | 2       | 2       | 1       | -   | 20                        | 10                     |          |   |
| 8  | Тема 3.1.: Классические и коньковые лыжные ходы                   | 2       | 2       | 1       | -   | 4                         | 2                      |          |   |
| 9  | Тема 3.2.: Техника преодоления подъёмов                           | 2       | 2       | 1       | -   | 4                         | 2                      |          |   |
| 10 | Тема 3.3.: Техника прохождения спусков и неровностей              | 2       | 2       | 1       | -   | 4                         | 2                      |          |   |
| 11 | Тема 3.4.: Техника способов торможения                            | 2       | 2       | 1       | -   | 4                         | 2                      |          |   |
| 12 | Тема 3.5.: Повороты в движении и на месте                         | 2       | 2       | 1       | -   | 4                         | 2                      |          |   |
| 13 | <b>Раздел 4: Методика обучения способам передвижения на лыжах</b> | 2       | 2       | 1       | -   | 20                        | 11                     |          |   |
| 14 | Тема 4.1.: Этапы обучения   | 2       | 2       | 1       | -   | 2                         | 1                      |          |   |
| 15 | Тема 4.2.: Методы и принципы обучения                             | 2       | 2       | 1       | -   |                           | 1                      |          |   |
| 16 | Тема 4.3.: Подготовка мест занятий и организация                  | 2       | 2       | 1       | -   |                           | 1                      |          |   |

|    |   |   |   |   |   |    |   |  |  |
|----|---|---|---|---|---|----|---|--|--|
|    | обучения  |   |   |   |   |    |   |  |  |
| 17 | Тема 4.4.: Методика начального обучения передвижению на лыжах   | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 1 |  |  |
| 18 | Тема 4.5.: Обучение лыжным ходам  | 2 | 2 | 1 | - | 6  | 2 |  |  |
| 19 | Тема 4.6.: Обучение преодолению подъёмов, спусков и неровностей   | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 2 |  |  |
| 20 | Тема 4.7.: Обучение способам торможений и поворотов   | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 2 |  |  |
| 21 | Тема 4.8.: Причины возникновения и меры предупреждения травматизма  | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 22 | <b>Раздел 5: Общие основы многолетней подготовки лыжника-гонщика</b>  | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 6 |  |  |
| 23 | Тема 5.1.: Этапы многолетней подготовки   | 2 | 2 | 1 | - | 2  | 1 |  |  |
| 24 | Тема 5.2.: Основы планирования тренировки   | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 25 | Тема 5.3.: Средства тренировки  | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 26 | Тема 5.4.: Методы тренировки  | 2 | 2 | 1 | - | 2  | 1 |  |  |
| 27 | Тема 5.5.: Показатели тренировочной нагрузки  | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 28 | Тема 5.6.: Воспитательная работа в процессе многолетней тренировки  | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 29 | <b>Раздел 6: Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения</b>                            | 2 | 2 | 1 | - | 10 | 6 |  |  |
| 30 | Тема 6.1.: Лыжи в России – национальное средство оздоровления населения   | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 1 |  |  |
| 31 | Тема 6.2.: Лыжная подготовка дошкольника  | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 32 | Тема 6.3.: Лыжная подготовка школьников   | 2 | 2 | 1 | - | 4  | 1 |  |  |
| 33 | Тема 6.4.: Лыжная подготовка учащейся молодежи и военнослужащих   | 2 | 2 | 1 | - | 2  | 1 |  |  |
| 34 | Тема 6.5.: Оздоровительно-спортивная деятельность лыжников старшего возраста                                      | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 35 | Тема 6.6.: Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации людей с ограниченными возможностями | 2 | 2 | 1 | - |    | 1 |  |  |
| 36 | <b>Раздел 7: Организация и</b>  | 2 | 2 | 1 | - | 6  | 6 |  |  |

|           |   |          |          |          |          |           |           |  |              |
|-----------|---|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|--|--------------|
|           | <b>проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах</b>                               |          |          |          |          |           |           |  |              |
| <b>37</b> | Тема 7.1.: Подготовка лыжных трасс  | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        | <b>2</b>  | 1         |  |              |
| <b>38</b> | Тема 7.2.: Классификация соревнований   | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        |           | 1         |  |              |
| <b>39</b> | Тема 7.3.: «Календарный план» и «Положения о соревнованиях»                                   | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        |           | 1         |  |              |
| <b>40</b> | Тема 7.4.: Общие требования к судейству соревнований  | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        |           | 1         |  |              |
| <b>41</b> | Тема 7.5.: Жеребьёвка участников и виды стартов   | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        |           | 1         |  |              |
| <b>42</b> | Тема 7.6.: Определение результатов в различных спортивно-оздоровительных состязаниях на лыжах | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | -        | <b>4</b>  | 1         |  |              |
| <b>43</b> | <b>Итого часов:</b>   | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> | <b>2</b> | <b>62</b> | <b>44</b> |  | <b>Зачёт</b> |

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

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

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

### *Перечень примерных контрольных вопросов к зачёту.*

1. Общая характеристика олимпийских видов лыжного спорта:
  - лыжные гонки.
2. Эксплуатационные характеристики лыж, типы лыжных креплений, детали лыжной палки.
3. Требования к одежде и обуви лыжника-гонщика.
4. Общая характеристика лыжных мазей и парафинов.
5. Технология смазки лыж и нанесения парафина.
6. Классификация способов передвижения на лыжах:
  - классические и коньковые лыжные ходы;
  - переходы с хода на ход;
  - способы подъёмов;
  - стойки спусков;
  - способы торможений;
  - способы поворотов в движении и на месте;
  - преодоление неровностей.
7. Признаки деления лыжных ходов на классические и коньковые, одновременные и попеременные, а также с учетом количества шагов в цикле хода.
8. Понятие о классическом и свободном стилях передвижения .
9. Фазы формирования двигательного навыка и этапы обучения.
10. Словесные, наглядные и практические методы обучения.
11. Основные дидактические принципы обучения.
12. Особенности организации обучения способам передвижения на лыжах.
13. Специфичные требования к подготовке учебной площадки, учебной и тренировочной лыжни.
14. Взаимосвязь мест занятий по лыжной подготовке с этапами обучения.
15. Части урока, их содержание и примерная относительная продолжительность.
16. Требования к разработке плана-конспекта.
17. Начальное обучение владению лыжным инвентарем, ступающему и скользящему шагу, управлению лыжами, освоению со снежной средой.

18. Методика обучения технике передвижения на лыжах: классическим и коньковым ходам, переходам с одного хода на другой, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов, преодоления неровностей.
19. Типичные ошибки при овладении попеременными и одновременными классическими и коньковыми лыжными ходами.
20. Последовательность обучения различным лыжным ходам, способам подъемов, спусков, торможений, поворотов.
21. Наиболее распространенные травмы при занятиях лыжами, причины их возникновения и меры предупреждения.
22. Лыжные гонки как циклический вид физкультурно-спортивной деятельности на выносливость.
23. Этапы многолетней подготовки: начальной подготовки, учебно-тренировочный (начальной и углубленной специализации), спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
24. Понятия о спортивной форме, взаимосвязь закономерностей ее фазового развития с планированием тренировки.
25. Основы периодизации годового тренировочного макроцикла.
26. Основные, специальноподготовительные, общеподготовительные средства тренировки.
27. Соотношение различных средств на этапах многолетней подготовки и по периодам годового макроцикла.
28. Компоненты тренировочной нагрузки, определяющие характер ее воздействия на организм.
29. Определение относительной интенсивности физической и физиологической нагрузок в лыжных гонках.
30. Общие принципы распределения тренировочной нагрузки по зонам интенсивности.
31. Общая характеристика методов тренировки: равномерный, переменный, повторный, интервальный, контрольный, соревновательный, а также игровые и круговые формы тренировок.
32. Примерные показатели годового объема циклической нагрузки лыжника на этапе начальной подготовки.
33. Динамика годового объема циклической нагрузки (в км) в процессе многолетней подготовки.
34. Воспитание спортсмена как личности – главная задача всех этапов многолетней подготовки.
35. Роль личности педагога-тренера в нравственном воспитании. Взаимосвязь обучения, тренировки и воспитания.
36. Передвижение на лыжах – самое популярное и массовое средство двигательной активности населения России в зимнее время.
37. Оздоровительная эффективность занятий лыжами.
38. Простейшие упражнения на лыжах для дошкольников.
39. Государственная программа по лыжной подготовке для школьников 1-11-х классов.
40. Внеклассная и внешкольная работа с использованием лыж.

41. Лыжная подготовка учащейся молодежи и студентов основного и специального отделений, отделения спортивного совершенствования.
42. Использование занятий лыжами в физическом воспитании военнослужащих.
43. Показатели нагрузки в передвижении на лыжах оздоровительной направленности.
44. Оценка физической подготовленности по системе Купера (в очках).
45. Возрастная градация участников соревнований среди лыжников старше 30 лет.
46. Использование занятий лыжами в оздоровлении и социальной адаптации инвалидов по слуху, зрению, опорно-двигательному аппарату, умственному развитию.
47. Специальные соревнования на лыжах для инвалидов различных категорий.
48. Требования к подготовке лыжных трасс в бесснежный период и с выпадением снега.
49. Понятия о лыжной трассе, дистанции, лыжне, трассе для классического и свободного стилей, схеме и профиле трассы.
50. Основные показатели рельефа лыжной трассы: высота, длина и крутизна подъёма/спуска, перепад высоты.
51. Особенности подготовки лыжных трасс для различного стиля передвижения.
52. Требования к рельефу лыжных трасс для оздоровительных целей и для лыжников-гонщиков разной квалификации.
53. Классификация соревнований по масштабу и спортивной значимости, с учетом целей и задач, в зависимости от условий зачета и формы организации.
54. Требования к разработке «Календарного плана соревнований».
55. Основные разделы «Положения о соревнованиях».
56. Правила заполнения заявки и карточки участника.
57. Общие требования к судейству соревнований третьей категории.
58. Цель жеребьевки и методика проведения простейшей жеребьевки по карточкам.
59. Виды старта в соревнованиях по лыжным гонкам.
60. Расчет времени интервального старта по номеру участника.
61. Лыжные гонки как объективно оцениваемый вид спорта, причины отсутствия официальной регистрации рекордов.
62. Методика определения результатов соревнований, проводимых с интервальным стартом.
63. Особенности старта и определения результатов в лыжной гонке преследования с перерывом.
64. Специфика определения результатов в лыжном спринте, эстафете и в соревнованиях с общего старта.
65. Простейшие способы определения командных и индивидуальных результатов за серию стартов.

66. Специальные системы оценки результатов в соревнованиях лыжников-ветеранов.
67. Методика перерасчета результатов по возрастному коэффициенту.
68. Новые модели организации и проведения оздоровительных спортивно-развлекательных состязаний на лыжах.

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

### а) Основная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжные гонки : учебник : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Буки Веди, 2015. – 563 с.
2. Раменская, Т. И. Техническая подготовка лыжников в бесснежный период : учебное пособие : рек. Министерством образования и науки РФ / Т. И. Раменская, М. Е. Бурдина. – М. : ТВТ Дивизион, 2015. – 144 с.
3. Лыжный спорт : учебник [Электронный ресурс] / А. Г. Баталов, Т. И. Раменская. – М. : РГУФКСМиТ, 2013. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).

### б) Дополнительная литература:

1. Раменская, Т. И. Лыжный спорт : учебник : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Флинта: Наука, 2004. – 319 с.
2. Раменская, Т.И. Лыжный спорт : учебное пособие : рек. УМО / Т. И. Раменская, А. Г. Баталов. – М. : Физическая культура, 2005. – 224 с.
3. Фарбей, В. Вл. Практикум по лыжному спорту : учеб. – метод. пособие: рек. УМО / В. Вл. Фарбей, Г. В. Скорохватава, В. В. Фарбей ; Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. – СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. – 147 с.

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

1. <http://www.flgr.ru/> – сайт федерации лыжных гонок России.
2. <http://www.fis-ski.com/> – сайт международной федерации лыжного спорта.
3. <http://minstm.gov.ru/> – сайт Министерства спорта Российской Федерации.

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

#### *- программное обеспечение дисциплины:*

1. Операционная система – Windows Professional, x64 Ed. Лицензия 43020593. Авторизация 63009319ZZE0911, SoftLine 2007-11-15.
2. Офисный пакет приложений – 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:*

1. Национальный цифровой ресурс «Руко́нт» ЭБС [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru)
2. Информационно-правовой портал «Гарант», интернет-версия <http://www.garant.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 занятий семинарского типа, 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. Комплекты лыжного инвентаря – лыжи, палки, ботинки, крепления.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ СПРАВКА

**по дисциплине «Лыжные гонки»  
для обучающихся института спорта и физического воспитания I курса,  
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура**

**профили:** Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

**очной формы обучения**

### I. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Кафедра: теории и методики лыжного спорта

Сроки изучения дисциплины: 1 семестр – 3 поток, 2 семестр – 1, 2 поток.

Форма промежуточной аттестации: *зачёт 1 семестр – 3 поток, 2 семестр – 1, 2 поток.*

### 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) <sup>1</sup> | Максимальное кол-во баллов |
|---|---|---|----------------------------|
| 1 | Посещение лекционных и практических занятий   | 1, 2 семестр  | 7 баллов                   |
| 2 | Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 1. «Зарождение и развитие лыжного спорта» | 1, 2 семестр  | 3 балла                    |
| 3 | Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 2. «Экипировка лыжника, подготовка лыж»   | 1, 2 семестр  | 3 балла                    |
| 4 | Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 3. «Основы техники передвижения на лыжах» | 1, 2 семестр  | 3 балла                    |

<sup>1</sup> В графу вносится информация, если дисциплина (модуль) реализуется посредством очной формы обучения. При формировании таблицы для заочной формы обучения данная графа может не заполняться.

|    |   |     |                     |                 |
|----|---|-----|---------------------|-----------------|
| 5  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 4.</b> «Методика обучения способам передвижения на лыжах»                                |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>3 балла</i>  |
| 6  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 5.</b> «Общие основы многолетней подготовки лыжника-гонщика»                             |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>3 балла</i>  |
| 7  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 6.</b> «Использование занятий лыжами в оздоровлении различных групп населения»           |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>3 балла</i>  |
| 8  | <b>Электронные аттестующие тесты в системе МООДУС по разделу 7.</b> «Организация и проведение спортивно-оздоровительных состязаний на лыжах»          |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>3 балла</i>  |
| 9  | <b>Тесты действий</b> «Имитация техники классических лыжных ходов на месте и в движении»  |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>6 баллов</i> |
|    | Попеременный двухшажный классический ход  | 2 б |                     |                 |
|    | Одновременный одношажный классический ход   | 2 б |                     |                 |
|    | Одновременный бесшажный классический ход  | 2 б |                     |                 |
| 10 | <b>Тесты действий</b> «Имитация техники коньковых лыжных ходов на месте и в движении»   |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>6 баллов</i> |
|    | Одновременный двухшажный коньковый ход (равнинный вариант)  | 2 б |                     |                 |
|    | Одновременный полуконьковый ход   | 2 б |                     |                 |
|    | Одновременный одношажный коньковый ход  | 2 б |                     |                 |
| 11 | <b>Разноуровневые задания в системе МООДУС</b> по разработке «Плана-конспекта занятия по начальному обучению заданному способу передвижения на лыжах» |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 12 | <b>Виртуальная лабораторная работа № 1 в системе МООДУС</b> «Определение результатов индивидуальных соревнований»                                     |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 13 | <b>Виртуальная лабораторная работа № 2 в системе МООДУС</b> «Определение результатов эстафеты»  |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 14 | <b>Контрольная работа</b> Методика проведения пробы «Руфье»   |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 15 | <b>Разноуровневые задания</b> «Разработка примерной программы оздоровительных занятий для лыжников старшего возраста»                                 |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 16 | <b>Разноуровневые задания</b> «Оценка физической подготовленности по очковой системе К. Купера»   |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |
| 17 | <b>Разноуровневые задания</b> «Методика комплексной оценки физической подготовленности и двигательного возраста»                                      |     | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i> |

|    |  |                     |                   |
|----|--|---------------------|-------------------|
| 18 | <b>Виртуальная лабораторная работа № 3 в системе МООДУС «Характеристика рельефа лыжных трасс по графику профиля»</b> | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i>   |
| 19 | <b>Разноуровневые задания</b> Разработка «Положения о соревнованиях»   | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i>   |
| 20 | <b>Ролевая игра с системе МООДУС «Проведение жеребьевки соревнований»</b>  | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i>   |
| 21 | <b>Ролевая игра с системе МООДУС «Обязанности главного секретаря и секретариата в день проведения соревнований»</b>  | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i>   |
| 22 | <b>Зачёт</b>   | <i>1, 2 семестр</i> | <i>5 баллов</i>   |
| 23 | <b>ИТОГО</b>   |                     | <b>100 баллов</b> |

**Примечания:**

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

### III. ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ЗАДАНИЙ

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

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

### IV. ОЦЕНКА УСПЕВАЕМОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

#### Шкала оценок успеваемости по дисциплинам, завершающимся зачетом

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

#### Шкала успеваемости по дисциплинам при проведении текущего контроля успеваемости

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

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 лыжного спорта**

**АННОТАЦИЯ  
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Б1.О.26.03 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ»**

Направление подготовки: 49.03.01 Физическая культура

Профили: Спортивная подготовка в баскетболе, Спортивная подготовка в волейболе, Спортивная подготовка в гандболе, Спортивная подготовка в индивидуально-игровых и интеллектуальных видах спорта, Спортивная подготовка в компьютерном спорте, Спортивная подготовка в теннисе, Спортивная подготовка в хоккее, Спортивная подготовка в футболе, Спортивная подготовка в боксе и кикбоксинге, Спортивная подготовка в велосипедном, мотоциклетном и автомобильном спорте, Спортивная подготовка в единоборствах, Спортивная подготовка в тяжелоатлетических видах спорта, Спортивная подготовка в фехтовании, современном пятиборье и восточных боевых искусствах, Спортивная подготовка в стрелковых видах спорта, Спортивная подготовка в гимнастике, Спортивная подготовка в гребном и парусном спорте, Спортивная подготовка в легкой атлетике, Спортивная подготовка в лыжном спорте, Спортивная подготовка в конькобежном спорте, фигурном катании на коньках и кёрлинге, Спортивная подготовка в синхронном плавании, акваэробике, прыжках в воду и водном поло, Спортивная подготовка в танцевальном спорте, Физкультурно-оздоровительная деятельность и фитнес

Уровень образования: *бакалавриат*

Форма обучения: *очная*

Год набора 2020 г.

Москва – 2019 г.

**1. Общая трудоёмкость дисциплины** составляет 3 зачётные единицы.

**2. Семестры освоения дисциплины:** 1 семестр – 3 поток, 2 семестр – 1, 2 поток очной формы обучения.

**3. Целями освоения дисциплины:** «Лыжные гонки» являются:

- овладение общепрофессиональными компетенциями по дальнейшему развитию лыжных гонок как одного из наиболее эффективных средств сохранения и укрепления здоровья, приобщения к здоровому образу жизни, обеспечения активного долголетия, физического и нравственного совершенствования различных возрастных групп населения и как популярного в России зимнего олимпийского вида спорта;

- ознакомление с техникой и методикой начального обучения способам передвижения на лыжах: лыжные ходы, смена ходов, способы подъёмов, спусков, поворотов, торможений, прохождения неровностей;

- ознакомление с организацией и проведением занятий по лыжной подготовке оздоровительной направленности с учётом пола, возраста, уровня подготовленности и состояния здоровья занимающихся;

- ознакомление со спецификой организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий на лыжах в зимний период, в естественных природных условиях.

Дисциплина реализуется на русском языке.

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

| Шифр компетенции / код индикатора (ов) достижения компетенции | Планируемые результаты обучения по дисциплине   | Этап формирования компетенции (номер семестра) |                                |                                |
|---|---|--|--------------------------------|--------------------------------|
|   |   | Очная форма обучения (1 поток)                 | Очная форма обучения (2 поток) | Очная форма обучения (3 поток) |
| 1   | 2   | 3  | 4                              | 5                              |
| ОПК-1   | <i>Способен планировать содержание занятий с учетом положений теории физической культуры, физиологической характеристики нагрузки, анатомо-морфологических и психологических особенностей занимающихся различного пола и возраста</i> | 2  | 2                              | 1                              |
| ОПК-1.16  | Знает:<br>- содержание и правила оформления документов планирования в базовых видах спорта (БВС)  | 2  | 2                              | 1                              |
| ОПК-  | Умеет:  | 2  | 2                              | 1                              |

|          |   |          |          |          |
|----------|---|----------|----------|----------|
| 1.24     | - определять средства, методы и величину нагрузки на занятиях с использованием элементов базовых видов спорта   |          |          |          |
| ОПК-1.28 | Имеет опыт:<br>- планирования занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств базовых видов спорта   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3    | <b>Способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке</b> | <b>2</b> | <b>2</b> | <b>1</b> |
| ОПК-3.1  | Знает:<br>- прикладное значение базовых видов спорта  | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.2  | Знает:<br>- классификацию средств и основы техники упражнений (приемов) базовых видов спорта  | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.3  | Знает:<br>- средства, методы и приемы обучения базовых видов спорта   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.4  | Знает:<br>- организацию и методику проведения тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий с использованием средств, методов и приемов базовых видов спорта  | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.5  | Умеет:<br>- показывать наглядно и правильно выполнять упражнения базовых видов спорта   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.6  | Умеет:<br>- правильно подбирать средства и методы базовых видов спорта для проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта (ИВС)   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.7  | Умеет:<br>- осуществлять судейство физкультурно-спортивных мероприятий в соответствии с правилами базовых видов спорта  | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.8  | Умеет:<br>- использовать существующие методики проведения занятий и физкультурно-спортивных мероприятий по базовым видам спорта   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.9  | Владеет:<br>- техникой выполнения упражнений базовых видов спорта   | 2        | 2        | 1        |
| ОПК-3.10 | Имеет опыт:<br>- участия в судействе физкультурно-спортивных мероприятий по базовым видам спорта  | 2        | 2        | 1        |