

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП

Н.В. Ермолина
«03» апреля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой
ОТФКС

Ермолина Н.В.
« 03» апреля 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

Составитель(-и)	Ермолина Н.В., к.п.н., доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта;
Согласовано с работодателями	Жевак Р.Р. директор МБУ ДО г. Астрахани «Спортивная школа №1» Слободяник В.В., директор ГБУ ДО Астраханской области «Спортивная школа водных видов спорта им. Б.Н. Скокова»
Направление подготовки / специальность	44.03.01 Педагогическое образование
Направленность (профиль) ОПОП	Физическая культура
Квалификация (степень)	бакалавр
Форма обучения	заочная
Год приема	2025
Курс	4 (по заочной форме)
Семестр	7 (по заочной форме)

Астрахань – 2025 г

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Целями освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного физкультурно-спортивного вида), повышение знаний у студентов через раскрытие технологии труда преподавателя физической культуры и тренера по спорту.

1.2. Задачи освоения дисциплины:

- сформировать основу профессиональной деятельности специалиста, привить магистрантам навыки практической реализации основных теоретических положений через специфику видов спорта;
- конкретизировать на предметной основе видов спорта, основные положения теории и методики физического воспитания и спорта;
- раскрыть технологии труда преподавателя физической культуры и тренера по видам спорта;
- сформировать у магистрантов умения практической реализации полученных знаний в различных образовательных учреждениях и спортивных организациях — по месту будущей работы выпускников.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» относится к обязательной части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений (элективные дисциплины (модули) Дисциплина осваивается в 7 семестре. Общая трудоемкость дисциплины: 4 зач. ед.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами: Изучение дисциплины тесно связано с дисциплинами предметно-методического модуля, такими как гимнастика с методикой обучения, легкая атлетика с методикой обучения, спортивными играми (баскетбол, волейбол, футбол), дисциплинами здоровье сберегающего модуля – безопасность жизнедеятельности, физическая культура и спорт, дисциплинами психолого-педагогического модуля - педагогикой, психологией, а так же с педагогической практикой студентов в общеобразовательной школе, профессионально-ориентированной практикой.

Знания:

- основы организации занятий физической культурой и спортом с различными группами населения.
- планирования в физической культуре и спорте;
- основы построения тренировочного процесса;
- методику развития физических качеств;
- методику подготовки спортсменов;
- средства, методы и принципы обучения физическим упражнениям;
- средства, методы и принципы спортивной подготовки.

Умения:

- формулировать конкретные задачи в физическом воспитании различных групп населения, в подготовке спортсменов различного возраста и квалификации;
- владеть технологией обучения различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе физкультурно-спортивных занятий;
- формировать здоровый стиль жизни на основе потребности заниматься физическими упражнениями;

- уметь применять знания в ситуациях, моделирующих профессионально- педагогическую деятельность;
 - подбирать и применять на занятиях дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» адекватные поставленным задачам современные научно обоснованные средства и методы обучения, воспитания и начальной тренировки, организационные приемы работы с занимающимися;
 - анализировать технику двигательных действий, тактику двигательной деятельности, определять причины ошибок, находить и корректно применять средства, методы и методические приемы их устранения;
- осуществлять организацию и проведение соревнований с различными категориями населения.

Навыки:

- показом и объяснением техники физических упражнений (как отдельных элементов, так и специальных упражнений);
- навыками обучения различных категорий людей двигательным действиям;
- навыками визуального контроля за техникой выполнения физических упражнений;
- навыками профессионального общения.

2.3. Последующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем): дисциплина обеспечивает изучение дисциплины физическая культура в процессе жизнедеятельности человека, спортивное ориентирование, основы профессиональной деятельности по физической культуре. Изучение дисциплины тесно связано с практикой студентов в общеобразовательной школе, производственной практикой по специализации в детско-юношеских спортивных школах, преддипломной практикой.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки (специальности):

а) профессиональных (ПК)

ПК 1 Способен формировать планируемые предметные результаты освоения основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры на основе современных образовательных технологий

Таблица 1. Декомпозиция результатов обучения

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
		Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
ПК 1	ПК 1.3 Планирует и осуществляет руководство действиями обучающихся в процессе профессиональной деятельности. Анализирует данные результатов	знать современные образовательные технологии используемые при обучении физическим упражнениям, содержание и организацию образовательного	уметь структурировать содержание основных и дополнительных образовательных программ по физической культуре и спорту	владеть средствами, методами и технологиями планирования учебного материала по физической культуре и спорту в рамках освоения

	образовательного процесса по физической культуре.	о процесса обучающихся в области физической культуры и спорта,		основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры.
--	---	--	--	---

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с учебным планом составляет 4 зачетные единицы (144 часа).

Трудоемкость отдельных видов учебной работы студентов заочной формы обучения приведена в таблице 2.1.

Таблица 2.1. Трудоемкость отдельных видов учебной работы по формам обучения

Вид учебной и внеучебной работы	для заочной формы обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	4
Объем дисциплины в академических часах	144
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе (час.):	21,25
- занятия лекционного типа, в том числе:	10
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические, лабораторные), в том числе:	10
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- в ходе подготовки и защиты курсовой работы	-
- консультация (предэкзаменационная)	1
- промежуточная аттестация по дисциплине	0,25
Самостоятельная работа обучающихся (час.)	122,75
Форма промежуточной аттестации обучающегося (зачет/экзамен), семестр (ы)	экзамен 7 семестр

Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий и самостоятельной работы представлены в таблице 2.2.

Таблица 2.2. Структура и содержание дисциплины для заочной формы обучения

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации [по семестрам]
	Л		ПЗ		ЛР		КР / КП			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
Семестр 7.										
Тема 1. ПФСС в системе профессиональной	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	презентация

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации [по семестрам]
	Л		ПЗ		ЛР		КР / КП			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта Деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта										
Тема 2. Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	доклад
Тема 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте. Организация и проведение соревнований.	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	практическое задание (программа соревнований)
Тема 4. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР.	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	Практическое задание
Тема 5. Организация спортивно-массовой работы	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	практическая работа (план спортивного мероприятия)
Тема 6. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте	<i>1</i>		<i>1</i>					12,75	<i>14,75</i>	реферат
Тема 7. Спортивная техника, стратегия и тактика	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>16</i>	доклад, устный опрос
Тема 8. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	доклад
Тема 9. Методы научных исследований в спорте	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	реферат
Тема 10. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	<i>1</i>		<i>1</i>					12	<i>14</i>	доклад
Консультации									<i>1</i>	
Контроль промежуточной аттестации									<i>0,25</i>	

Раздел, тема дисциплины	Контактная работа, час.						СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации [по семестрам]	
	Л		ПЗ		ЛР					КР / КП
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
Итого за семестр	10		10				122.75	144		
Итого за весь период	10		10				122.75	144		

Таблица 3.

Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых компетенций

Раздел, тема дисциплины	Кол-во часов	Код компетенции	
		ПК 1	общее количество компетенций
Тема 1. ПФСС в системе профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта Деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта	14	+	1
Тема 2. Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры	14	+	1
Тема 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте. Организация и проведение соревнований.	14	+	1
Тема 4. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР.	14	+	1
Тема 5. Организация спортивно-массовой работы	14	+	1
Тема 6. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте	14,75	+	1
Тема 7. Спортивная техника, стратегия и тактика	16	+	1
Тема 8. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки	14		
Тема 9. Методы научных исследований в спорте	14		
Тема 10. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	14		
Консультации	1	+	1
Контроль промежуточной аттестации	0,25	1	1
Итого	144		

Краткое содержание тем дисциплины.

ТЕМА 1. Профессиональная деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера. Структура предмета ПФСС по видам спорта, программные установки. Содержание, организация работы, требования к студентам. Связь курса ПФСС с теорией и методикой физического воспитания и спорта, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.

ТЕМА 2. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры. Физическая культура и физическое воспитание, физическое развитие и его составляющие, формулы определения физического развития, Система физического воспитания и ее характеристика. Средства физической культуры. Формы проведения занятий ФкК

ТЕМА 3. Соревнования, соревновательная деятельность (СД) — первостепенная и неотъемлемая черта спорта. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства. Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК).

ТЕМА 4. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР. Многолетнее, годовое и текущее планирование в соответствии с программой. Воспитательная, методическая и тренировочная работа, помощь образовательным школам в проведении физкультурно-спортивных мероприятий. Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней подготовки. Программные требования по годам обучения. Педагогический и врачебный контроль. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности

ТЕМА 5. Особенности организации спортивно – массовой работы. Школьные спортивные секции по виду спорта, спортивные секции при дворцах школьников, при детских стадионах, в оздоровительных лагерях, при спортивных клубах, в производственных коллективах, и местах отдыха, по месту жительства.

ТЕМА 6. Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов. Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая и теоретическая подготовка, интегральная подготовка Задачи, средства, методы применительно к избранному виду спорта.

ТЕМА 7. Виды спортивной подготовки. Спортивная техника, стратегия и тактика. Спортивная техника, как система алиментов движений, направленных на решение двигательных задач. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии оценки техники. Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности. Единство тактики с техникой. Организация коллективных и индивидуальных действий. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы. Критерии оценки тактики.

ТЕМА 8. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех уровнях (спорт высших достижений, подготовка спортивных резервов, массовый спорт). Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной тренировочной деятельности спортсменов. Начальный отбор для занятий видом спорта. Углубленный отбор с дифференциацией спортсменов (по видам легкой атлетики, игровым функциям в спортивных играх и т.д.) на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов. Задачи, методы организация отбора в сборные команды. Отбор для участия в ответственных соревнованиях. Задачи, методы организация.

ТЕМА 9. Методы научных исследований в спорте. теоретические; эмпирические (практические, опытные); лабораторные эксперименты. Выбор темы, определение задач и выбор методов исследования. Педагогическое наблюдение в процессе соревновательной и тренировочной деятельности. Педагогический эксперимент. Хронометрирование. Тестирование. Обработка полученных данных. Ознакомление с работой комплексных научных групп (КНГ) в спорте. Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера. Совместная работа тренеров и ученых.

ТЕМА 10. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта. Педагогические школы выдающихся тренеров-новаторов в области ФКС. Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера. Совместная работа тренеров и ученых.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине.

В ходе освоения дисциплины лабораторные занятия не предусмотрены.

Организация и проведение лекционных, практических (семинарских) занятий формируется с учетом основных законов биологического развития человека и дидактических принципов обучения. В курсе используются результаты новейших исследований ученых связанных с проблемами физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности. Методика проведения практических занятий построена таким образом, чтобы закрепить материал, получаемый студентом на лекциях, где в ходе контактной работы изучаются основные понятия и методические особенности организации спортивно-тренировочной деятельности, определяется содержание спортивно-массовой и тренировочной работы.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельная работа организуется по работе с обеспечением глубокого теоретического осмысления основ физического воспитания и спорта, выполнения творческих работ по направлениям изучаемых тем, а так же и формирования умения практической реализации основных теоретико-методических положений в профессиональной деятельности бакалавра по данному направлению.

Самостоятельная работа магистранта предполагает различные формы индивидуальной учебной деятельности: конспектирование научной и другой литературы, законодательной и другой нормативно-правовой документации, сбор и анализ практического материала в средствах СМИ, ведение словаря и методической папки, проектирование, выполнение тематических творческих заданий, проведение опросов среди занимающихся гимнастикой, просмотр видеоматериалов, предусмотренных программой и пр. Выбор форм и видов самостоятельной работы определяются индивидуально-личностным подходом к обучению

совместно преподавателем и студентом.

**Таблица 4. Содержание самостоятельной работы обучающихся
для заочной формы обучения**

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
<p>Тема 1. Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера. Структура предмета ПФСС по видам спорта, программные установки. Содержание, организация работы, требования к студентам. Связь курса ПФСС с теорией и методикой физического воспитания и спорта, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.</p>	12	презентация
<p>Тема 2. Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры. Физическая культура и физическое воспитание, физическое развитие и его составляющие, формулы определения физического развития, Система физического воспитания и ее характеристика. Средства физической культуры. Формы проведения занятий ФКК</p>	12	доклад
<p>Тема 3. Спорт как исторически сложившаяся, специфическая человеческая деятельность. Спорт в структуре современного общества. Функции спорта и их направленность: соревновательная, повышения физической активности, оздоровительная и рекреационно-культурная, производственная, познавательная, укрепления мира, зрелищная, экономическая, престижная. Типы спорта, спорт высших достижений.. Критерии эффективности – массовость охвата занимающихся; подготовка резервов. Профессиональный спорт. Источники существования. Разнообразие видов спорта, отличительные признаки.</p> <p>Соревнования, соревновательная деятельность (СД) — первостепенная и неотъемлемая черта спорта. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства.</p> <p>Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (КВСК).</p>	12	практическое задание (программа соревнований)
Тема 4. Многолетнее, годовое и текущее	12	

<p>планирование в соответствии с программой. Воспитательная, методическая и тренировочная работа, помощь образовательным школам в проведении физкультурно-спортивных мероприятий. Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней подготовки. Программные требования по годам обучения. Педагогический и врачебный контроль. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности</p> <p>Место работы спортивных секций в школе и оздоровительном лагере.</p> <p>Комплектование групп и организации занятий в спортивных секциях. Режим дня учащихся, занимающихся в спортивных секциях. Учет возрастных особенностей школьников. Особенности тренировочных занятия с учащимися в зависимости от условий (спортивный зал, площадка, стадион и т. д.). Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возраста учащихся. Школьные спортивные секции по виду спорта, спортивные секции при дворцах школьников, при детских стадионах, в оздоровительных лагерях, при спортивных клубах, в производственных коллективах, и местах отдыха, по месту жительства.</p>		Практическое задание
<p>Тема 5. Особенности организации спортивно – массовой работы. Школьные спортивные секции по виду спорта, спортивные секции при дворцах школьников, при детских стадионах, в оздоровительных лагерях, при спортивных клубах, в производственных коллективах, и местах отдыха, по месту жительства.</p>	12	практическая работа (план спортивного мероприятия)
<p>Тема 6. Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов.</p> <p>Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая и теоретическая подготовка, интегральная подготовка</p> <p>Задачи, средства, методы применительно к избранному виду спорта.</p>	12,75	реферат
<p>Тема 7. Спортивная техника, как система алиментов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники. Критерии оценки техники.</p> <p>Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности. Единство тактики с техникой. Организация коллективных и индивидуальных действий. Функции спортсменов в процессе спортивной</p>	12	доклад, устный опрос

борьбы. Критерии оценки тактики.		
<p>Тема 8. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества» и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорт, учет физиологических закономерностей развития быстроты и силы. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок.</p> <p>Определение понятий «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в избранном виде спорта, учет физиологических закономерностей их развития. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок.</p>	12	доклад
<p>Тема 9. Подготовка спортсменов высших разрядов. Задачи и организация. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации. Критерии оценки качества работы тренеров в спортивных организациях.</p> <p>Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работ тренера.</p>	12	реферат
<p>Тема 10. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов Информационное обеспечение управления Прогнозирование и моделирование в управлении, прогнозировании и моделировании в управлении, использование модельных характеристик соревновательной деятельности</p> <p>Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера. Совместная работа тренеров и ученых.</p> <p>Дипломные и курсовые работы. Требования к дипломным и курсовым работам. Содержание, структура и методика написания.</p> <p>Возможности проектно-программного подхода в решении актуальных проблем физической культуры и спорта. Проблема представленности проектирования в нормативном педагогическом знании. Методологические аспекты проектирования в педагогическом производстве. Теоретико-методологические основы проектной культуры спортивного педагога</p> <p>Использование различных методических приемов в Педагогическое наблюдение в процессе соревновательной и тренировочной деятельности. Педагогический эксперимент. Хронометрирование.</p>	12	доклад

<p>Тестирование. Обработка полученных данных. Ознакомление с работой комплексных научных групп (КНГ) в спорте.</p> <p>Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера. Совместная работа тренеров и ученых.</p>		
---	--	--

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно.

Для выполнения всех видов письменных работ по данной дисциплине на занятиях и дома обучающимся рекомендуется иметь общие тетради в клетку. Дополнительно ведутся тетради-словари для записи слов терминов, обозначающих понятия в области физической культуры, физического воспитания и спорта. Все письменные домашние задания выполняются по предложенной в программе литературе, указанной в перечне основной и дополнительной литературы.

Требования к составлению реферата

Реферат – это самостоятельная работа, в ходе которой происходит аттестация студента. Студенту дается тема для исследования, он определяет цели и задачи, отражает свои взгляды на проблему, логически излагает материал. К написанию реферата предъявляются определенные требования, которые автор должен в обязательном порядке соблюдать.

Каждый реферат имеет четко определенную структуру:

- титульный лист, который оформляется в соответствии с требованиями учебного заведения;
- содержание, где прописываются все главы и номера страниц, на которых они расположены;
- введение – это часть работы, где автор указывает цели, задачи, актуальность выбранной темы;
- основная часть, в которой излагается материал по теме;
- в заключительной части работы прописываются выводы, сравнения, высказывается точка зрения на рассматриваемую проблему;
- список литературы и источников, которые были изучены при написании реферата;
- приложения, если таковые имеются.

Средний объем реферата – от 500 до 2500 печатных знаков.

Требования к докладу, сообщению

Доклад или сообщение это продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой публичное выступление по представлению полученных результатов решения определенной учебно-практической, учебно-исследовательской или научной темы изучаемой в процессе освоения данной дисциплины.

Во время подготовки доклада магистрант должен обратить внимание на актуальность темы, на основополагающие моменты рассматриваемой темы, определить последовательность предлагаемого материала, обратить внимание на результаты решения восставленной проблемы.

Средний объем доклада – от 2 до 5 печатных листов.

При оценке доклада учитывается: соответствие содержания доклада заявленной теме; полнота раскрытия темы; перечень использованной литературы; умение отвечать на вопросы по тексту доклада.

Требования к презентации

Продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой интерактивное изложение в визуальном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы, где автор раскрывает суть рассматриваемого вопроса или проблемы, приводит различные схемы или системы, а также собственные взгляды на вопросы изучаемой темы.

Среднее количество слайдов – от 10 до 20

При оценке представленной презентации учитывается: соответствие содержания заявленной теме; полнота раскрытия темы; ссылка на авторов занимающихся данной проблемой и литературные источники; умение отвечать на вопросы по представленной теме..

Основным наполнением большинства презентаций по традиции являются слайды с текстом. При подготовке презентации необходимо продемонстрировать умение оформлять слайды различными способами и использовать эффекты анимации. Количество слайдов, посвященных описанию работы и полученных результатов, может меняться и окончательно определяется автором в зависимости от имеющихся материалов. В целом необходимо избегать обилия слайдов, мелкого шрифта, объемных и неподходящих диаграмм.

- На первом слайде представляется тема работы, фамилия, инициалы автора.
- На втором слайде дается обоснование актуальности изучаемой темы.
- Третий слайд указывает цель и задачи работы.
- На 4-10 слайдах приводится содержание работы. Могут размещаться схемы, таблицы, графики, фотографии, поясняющие суть выполненной работы, снабженные необходимой для понимания краткой текстовой информацией.
- На последнем слайде приводятся выводы по выполненной работе.

К слайдовой презентации может быть добавлен фотоматериал, позволяющий более полно раскрыть содержание выполненного задания.

Требования к написанию контрольной и практической работы

Средство проверки умений применять полученные знания для решения задач определенного типа по теме или разделу.

Контрольная работа должна быть четко структурирована и отражать конкретные ответы на поставленные преподавателем вопросы заданной темы. В ходе написания нельзя использовать сокращения (допускаются сокращения в виде терминов).

Контрольная работа выполняется по одной из предложенных тем в соответствии со структурой учебной дисциплины. Оформление работы должно соответствовать требованиям, утвержденным кафедрой.

Критерии оценки контрольной работы

При оценке контрольной работы учитывается: соответствие содержания работы заявленной теме; полнота раскрытия темы; соответствие оформления требованиям.

Проектное задание:

- моделирование процесса обучения физическим упражнениям и совершенствования физических качеств и способностей
- проект организации соревнований по различным видам спорта
- проект спортивно-массовых выступлений и показательных номеров.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В ходе освоения дисциплины применяются следующие технологии, развивающие у студентов навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерские качества: дискуссии, педагогика сотрудничества, ситуационные методы. Эти технологии в сочетании с внеаудиторной работой решают задачи формирования и развития профессиональных умений и навыков обучающихся, как основы профессиональной компетентности в сфере физкультурного образования.

При обучении лиц с ограниченными возможностями и инвалидами используются подходы, способствующие созданию безбарьерной образовательной среды: технологии

дифференциации и индивидуализации обучения, сопровождение тьютерами в образовательном пространстве, увеличение времени на самостоятельное освоение материала.

6.1. Образовательные технологии

Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий

Раздел, тема дисциплины	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Тема 1. ПФСС в системе профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры и спорта Деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 2. Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте. Организация и проведение соревнований.	<i>Лекция-диалог</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 4. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР.	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 5. Организация спортивно-массовой работы	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 6. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 7. Спортивная техника, стратегия и тактика	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной</i>	<i>Не предусмотрено</i>

		<i>работы,</i>	
Тема 8. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии,</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 9. Методы научных исследований в спорте	<i>Лекция-презентация</i>	<i>Фронтальный опрос, Тематические дискуссии, выполнение практических заданий</i>	<i>Не предусмотрено</i>
Тема 10. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	<i>Обзорная лекция</i>	<i>Фронтальный опрос, выполнение реферативной работы,</i>	<i>Не предусмотрено</i>

6.2. Информационные технологии

- использование возможностей Интернета в учебном процессе (использование сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.))
- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронные библиотеки, журналы и т.д.) как источник информации
- использование возможностей электронной почты преподавателя
- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.)
- использование интерактивных средств взаимодействия участников образовательного процесса (технологии дистанционного или открытого обучения в глобальной сети (веб-конференции, форумы, учебно-методические материалы и др.))
- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);
- использование виртуальной обучающей среды [*LMS Moodle «Электронное образование»*] или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров].

6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

6.3.1. Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда

Microsoft Office 2013	Пакет офисных программ
OpenOffice	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Mozilla FireFox	Браузер
Google Chrome	Браузер
Opera	Браузер

6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<i>Наименование современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем</i>
Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО «ИВИС» http://dlib.eastview.com <i>Имя пользователя: AstrGU Пароль: AstrGU</i>
Электронные версии периодических изданий, размещённые на сайте информационных ресурсов www.polpred.com
Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем» https://library.asu.edu.ru/catalog/
Электронный каталог «Научные журналы АГУ» https://journal.asu.edu.ru/
Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. http://mars.arbicon.ru
Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. http://www.consultant.ru

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств.

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» проверяется форсированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением дисциплин (модулей) и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 6. Соответствие изучаемых разделов, результатов обучения и оценочных средств

Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции (компетенций)	Наименование оценочного средства
Тема 1. ПФСС в системе профессиональной подготовки	ПК 1	презентация

будущих специалистов физической культуры и спорта Деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта		
Тема 2. Физическая культура как социальное явление. Функции физической культуры. Компоненты физической культуры. Средства физической культуры	ПК 1	доклад
Тема 3. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте. Организация и проведение соревнований.	ПК 1	практическое задание (программа соревнований)
Тема 4. Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР.	ПК 1	практическая работа (план спортивного мероприятия)
Тема 5. Организация спортивно-массовой работы	ПК 1	реферат
Тема 6. Тренировка и тренировочная деятельность в спорте	ПК 1	доклад, устный опрос
Тема 7. Спортивная техника, стратегия и тактика	ПК 1	доклад
Тема 8. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки	ПК 1	реферат
Тема 9. Методы научных исследований в спорте	ПК 1	доклад
Тема 10. Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта	ПК 1	реферат

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

Таблица 7. Критерии оценивания результатов обучения в виде знаний

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала,

Шкала оценивания	Критерии оценивания
«неудовлетворительно»	не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

Таблица 8. Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание по подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задания

7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине

ТЕМА 1. Вопросы для собеседования и подготовки презентаций

Профессиональная деятельность тренера, преподавателя физической культуры и спорта
Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера. Структура предмета ПФСС по видам спорта, программные установки. Содержание, организация работы, требования к студентам. Связь курса ПФСС с теорией и методикой физического воспитания и спорта, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 1

1. Что такое педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, его связь с другими дисциплинами профессионального цикла?
2. Общие понятия физической культуры и спорта?
3. Основные функции педагогического физкультурно-спортивного совершенствования?
4. Функции физической культуры и спорта.
5. Основные задачи физической культуры и спорта.
6. Реализация задач воспитания в формировании личности при занятиях физической культурой и спортом
7. Обеспечение единства требований обучения и воспитания в физической культуре и спорте.
8. Движущие силы физической культуры и спорта.

9. Раскрыть специфичность задач физического воспитания по направлениям: развития физических качеств и способностей, нравственному, эстетическому, умственному, трудовому.

ТЕМА 2. Темы для доклада

1. Функции физической культуры.
2. Компоненты физической культуры.
3. Средства физической культуры
4. Физическая культура как социальное явление.
5. Физическая культура и физическое воспитание, физическое развитие и его составляющие, формулы определения физического развития,
6. Система физического воспитания и ее характеристика.
7. Формы проведения занятий ФКК

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 2

1. Функции спорта в обществе; соревновательная, воспитательная, повышения физической активности, оздоровительная и рекреационно-культурная, производственная, познавательная, укрепления мира, зрелищная, экономическая, престижная – их характеристика.
2. Роль спорта в решении проблемы «оздоровления нации».

ТЕМА 3. Вопросы для собеседования

Соревнования, соревновательная деятельность (СД) — первостепенная и неотъемлемая черта спорта. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства. Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК).

Практическое задание к теме 3

Составить программу соревнований (вид спорта выбрать по желанию)
(Программа соревнований — это документ, в котором перечислены виды предстоящего соревнования, расписание их по дням и часам, порядок и последовательность выступления участвующих команд. Входит как составная часть в положение о соревнованиях).

ТЕМА 4. Вопросы для собеседования

Особенности организации учебно-тренировочной работы в ДЮСШ, СДЮШОР. Воспитательная, методическая и тренировочная работа, помощь образовательным школам в проведении физкультурно-спортивных мероприятий. Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней подготовки. Программные требования по годам обучения. Педагогический и врачебный контроль. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 4

Многолетнее, годовое и текущее планирование в соответствии с программой по ФК. Разработать план на год и четверть по физической культуре. Класс выбрать на усмотрение.

ПРИМЕР

**Годовой план-график распределения программного материала
начальная школа 1-ый класс. (2 часа ведет учитель ФК, 1- час**

Разделы программы, учебный модуль (*)	Часы (66 (* 33)	1	2	3	4
		четверть	четверть	четверть	четверть
		24 урока	21 урок	30 уроков	24 урока
1.Знания о физической культуре		В процессе занятий			
2.Физическое совершенствование:	66				
2.1.Физкультурно-оздоровительная деятельность		В процессе занятий			
2.2. спортивно-оздоровительная деятельность					
Легкая атлетика	16	8			8
Подвижные и спортивные игры	20	8		4	8
Гимнастика с элементами акробатики	14		14		

ТЕМА 5. Вопросы для собеседования

1. Особенности организации спортивно – массовой работы.
2. Организация работы в спортивных школах.
3. Учебно-тренировочная работа и ее характеристика.
4. Школьные спортивные секции по виду спорта, спортивные секции при дворцах школьников, при детских стадионах, в оздоровительных лагерях, при спортивных клубах, в производственных коллективах, и местах отдыха, по месту жительства.

Задание к практическому занятию по теме 5

Составить план спортивного мероприятия.

- **Корпоративные спартакиады.** Могут включать динамичные игры (футбол, волейбол, эстафеты) с интеллектуальными или координационными заданиями (шахматы, командные челленджи).
 - **Спортивные квесты.** Например, квест по спортивному ориентированию, гонки на мотоциклах, квадроциклах или велосипедах, маршрут в верёвочном парке.
 - **Спортивные мастер-классы.** Можно организовать встречу с известным спортсменом, фитнес-тренером, который расскажет свою историю, поделится опытом.
- Организация и этапы подготовки:**
- **Определение концепции и формата.** Нужно выбрать вид спорта, формат соревнования, масштаб, цель и целевую аудиторию
 - **Выбор места и даты.** Спортивная площадка должна быть удобной для участников, обеспечивать безопасность и соответствовать погодным условиям (если мероприятие на открытом воздухе).
 - **Разработка программы.** Важно учесть интересы различных возрастных групп и участников с разным уровнем подготовки.
 - **Обеспечение логистики.** Нужно продумать наличие необходимого спортивного оборудования, размещение участников, питание, транспорт
 - **Маркетинг и продвижение.** Можно разместить рекламу в социальных сетях, местных СМИ, спортивных сообществах, провести конкурсы,

ТЕМА 6. Вопросы для собеседования и подготовки доклада

1. Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов.
2. Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая и теоретическая подготовка, интегральная подготовка
3. Задачи, средства, методы применительно к избранному виду спорта.
4. Виды спортивной подготовки.
5. Спортивная техника, стратегия и тактика.

ТЕМА 7. Вопросы для собеседования и реферирования

1. Спортивная техника, как система алиментов движений, направленных на решение двигательных задач.
2. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий. Критерии оценки техники.
3. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности.
4. Единство тактики с техникой.
5. Организация коллективных и индивидуальных действий. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы.
6. Критерии оценки тактики.

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 7

1. Общая физическая подготовка
2. Особенности специальной физической подготовки в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов
3. Тактическая подготовка и ее значение в учебно-тренировочном процессе.
4. Теоретическая подготовка в избранном виде спорта в системе многолетней тренировки.

ТЕМА 8. Вопросы для собеседования подготовки докладов

1. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки.
2. Связь отбора с многолетней подготовкой спортсменов на всех уровнях (спорт высших достижений, подготовка спортивных резервов, массовый спорт).
3. Связь отбора с модельными характеристиками соревновательной тренировочной деятельности спортсменов.
4. Начальный отбор для занятий видом спорта. Углубленный отбор с дифференциацией спортсменов (по видам легкой атлетики, игровым функциям в спортивных играх и т.д.) на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов.
5. Задачи, методы организация отбора в сборные команды.
6. Отбор для участия в ответственных соревнованиях. Задачи, методы организация.

Задание к практическому занятию по теме 8

1. Разработать батарею тестов для отбора занимающихся в определенный вид спорта (вид спорта по выбору). Представить в виде таблицы.

<i>№</i>	<i>Тест (название) и правила выполнения</i>	<i>Контролируемое физическое качество</i>	<i>Норматив</i>

ТЕМА 9. Вопросы для собеседования и подготовки докладов.

1. Методы научных исследований в спорте- теоретические; эмпирические (практические, опытные); лабораторные эксперименты.
2. Выбор темы, определение задач и выбор методов исследования.
3. Педагогическое наблюдение в процессе соревновательной и тренировочной деятельности. Педагогический эксперимент.
4. Хронометрирование. Тестирование. Обработка полученных данных.
5. Ознакомление с работой комплексных научных групп (КНГ) в спорте.
6. Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов.
7. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера.
8. Совместная работа тренеров и ученых.

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 9

- Физические способности и их характеристика.
- Взаимосвязь техники, тактики, физических способностей в процессе соревновательной и тренировочной деятельности.
- Критерии технического мастерства спортсмена
- Критерии тактического мастерства спортсменов
- Критерии физической подготовки спортсменов

ТЕМА 10. Вопросы для собеседования и реферирования

Педагогические инновации в сфере физической культуры и спорта. Педагогические школы выдающихся тренеров-новаторов в области ФКС. Внедрение результатов научных исследований в практику подготовки спортсменов. Умение работать с научной литературой. Выбор результатов научных исследований для использования в практической работе тренера. Совместная работа тренеров и ученых.

Вопросы для оценки уровня знаний по теме 10

1. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
2. Педагогическое новаторство в сфере физической культуры и спорта.
3. Проблема соотношения обучения, воспитания и развития в условиях физкультурно-спортивной деятельности.
4. Реализация идей олимпийского образования в общей системе неспециального физкультурного образования.
5. Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта. Использование различных методических приемов в спортивной дидактике с учетом специфики вида спорта.

Пример тестовых заданий

Тестовые задания

Необходимо выбрать один правильный ответ по каждому из предложенных вопросов.
Время – 5-10 минут.

Вариант 1

2. Физическая культура-это:

- + часть общечеловеческой культуры, совокупность материальных и духовных ценностей создаваемых и используемых обществом в целях физического развития человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательных качеств;

- - восстановление здоровья средствами физической реабилитации;
- - педагогический процесс, направленный на обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств.

3. Основным средством физического воспитания являются:

- + физические упражнения;
- - оздоровительные силы природы;
- - тренажеры, гири, гантели, штанги, мячи.

4. Спорт (в широком понимании) – это:

- - процесс воспитания у человека физических качеств и формирование двигательных умений и навыков, а также передача специальных физических знаний;
- -) вид социальной практики людей, направленный на оздоровление организма человека и развитие его физических способностей;
- + собственно соревновательная деятельность, специальная подготовка к ней, а также специфические отношения, нормы и достижения в этой сфере деятельности.

5. Мышечный насос – это:

- - сердце, которое совершает ритмичные сокращения по типу насоса, благодаря которым происходит движение крови в организме;
- + механизм принудительного продвижения венозной крови к сердцу с преодолением сил гравитации под воздействием ритмических сокращений и расслаблений скелетных мышц;
- - механизм сокращения и расслабления мышц, происходящих в процессе мышечной деятельности.

6. Максимальное потребление кислорода – это:

- + наибольшее количество кислорода, которое организм может потребить в минуту при предельно-интенсивной мышечной работе;
- - количество кислорода, фактически использованного организмом в покое или при выполнении какой-либо работы за одну минуту;
- - количество кислорода, необходимое организму для обеспечения процессов жизнедеятельности в различных условиях покоя или работы в одну минуту.

7. Какой принцип предусматривает оптимальное соответствие задач, средств, и методов физического воспитания возможностям занимающихся?

- + принцип доступности и индивидуализации;
- - принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- - принцип последовательности.

8. Способность выполнять движения с большой амплитудой называется:

- - эластичностью;
- - растяжкой;
- + гибкостью.

9. Одной из задач ОФП является:

- - достижение высоких спортивных результатов;
- - овладение двигательными умениями и навыками, отвечающими специфике выбранного спорта или конкретной профессии
- + всестороннее и гармоничное развитие человека.

10. **Какой из факторов, определяющих риск для здоровья, наиболее весом:**
- - состояние окружающей среды;
 - - генетика человека;
 - + образ жизни;
11. **К основному признаку здоровья относится:**
- - максимальный уровень развития физических качеств;
 - + хорошая приспособляемость организма к внешним условиям жизни;
 - - совершенное телосложение.
12. **Наиболее важным физическим качеством для здоровья человека является:**
- - сила;
 - + выносливость;
 - – быстрота.
13. **Какую форму самостоятельных занятий физическими упражнениями следует выбрать для развития силы:**
- - тренировочные занятия 1 раз в неделю;
 - - ежедневную утреннюю гигиеническую гимнастику;
 - + тренировочные занятия 3 раза в неделю.
14. **При оздоровительной тренировке в целях повышения функциональных возможностей сердечно-сосудистой системы величина ЧСС должна быть не ниже:**
- - 90 уд/мин.;
 - + 120 уд/мин.;
 - - 160 уд/мин.
15. **К средству восстановления организма после умственного утомления относится:**
- - интенсивная физическая нагрузка;
 - + сочетание работы с активным отдыхом;
 - - тренировочные занятия играми, единоборствами;

Вариант 2

I :№1

S: К типам спорта можно отнести:

спорт высших достижений
подготовительный
детско-юношеский
массовый

I :№2

S.: Спортивная классификация подразумевает:

определение победителей
правила соревнований
материально техническое обеспечение
определение уровней спортивной квалификации

I :№3

S.: Виды спорта делятся на:

четыре группы
семь групп
четыре группы

пять групп

I :4

S: К циклическим видам спорта относятся:

гимнастика, плавание, велоспорт,
баскетбол, футбол, волейбол,
плавание, легкая атлетика, лыжный спорт,
легкая атлетика, лыжный спорт, фигурное катание.

Вариант 3

I :№1

S: Составляющими спортивной подготовки являются:

теоретическая, тактическая, психологическая, общефизическая
тактическая, теоретическая, специальная, общефизическая
психологическая, теоретическая, специальная, тактическая
психологическая, общефизическая, специальная, тактическая

I : :№2

S: Основным средством спортивной подготовки является:

физические упражнения
подвижные игры
спортивные игры
гимнастика

I :№3

S: Наиболее эффективный способ выполнения двигательного действия это:

тактика
техника
практика
совершенствование

I :№4

S: Что подразумевается под физическими качествами:

показатели развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости
уровень подготовленности спортсмена
процесс развития силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости
врожденные способности человека

Критерии оценки

- 90 — 100% правильных ответов — оценка «Отлично»
- 70 — 80% правильных ответов — оценка «Хорошо»
- 50 — 60% правильных ответов — оценка «Удовлетворительно»
- менее 50% правильных ответов — оценка «Неудовлетворительно»

Примерные тесты вариант 2

Необходимо выбрать один правильный ответ из предложенных.

1. Основными причинами возникновения физического воспитания были?

- А) Необходимость воспитания человека в дикой природе и потребность в передаче двигательного опыта;
- Б) Стремление к физическому совершенствованию;

В) Потребности производства.

2. Что явилось основой появления физических упражнений?

- А) Законы биологического развития человека;
- Б) Социальный опыт поколений;
- В) Окружающая действительность.

3. Эффективность использования физических упражнений зависит:

- А) От организации педагогического процесса;
- Б) От научного обеспечения этого процесса;
- В) От комплекса педагогически научно-обоснованных мероприятий, их организации и контроля.

4. Какую цель преследует отечественная система ФВ?

- А) Организацию комплексного воздействия на человека (укрепление здоровья, обучение движениям, воспитательно-гигиенические навыки).
- Б) Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
- В) Укрепление здоровья людей.

5. В чем заключается основная особенность ФВ с профессиональной направленностью?

- А) Направленностью к освоению спортивных успехов.
- Б) Направленностью на укрепление здоровья.
- В) Направленностью на подготовку к избранной профессии.

6. Какая классификация физических упражнений лежит в основе физического воспитания в школе?

- А) Анатомо-биологическая.
- Б) Биомеханическая.
- В) Педагогическая.

7. В каком возрасте целесообразней развивать физическое качество силу у школьников (мальчиков)?

- А) В младшем.
- Б) В среднем.
- В) В старшем.

8. В каком возрасте целесообразнее развивать координационные физические качества у школьников (девочек)?

- А) В младшем.
- Б) В среднем.
- В) В старшем.

9. Назовите основную форму учебно-воспитательного процесса по физвоспитанию в школе?

- А) Утренняя гигиеническая гимнастика.
- Б) Урок физической культуры.
- В) Физкультминутки и физкультпаузы.

10. В чем заключается основная трудность в работе по физическому воспитанию школьников в малокомплектной школе?

- А) Малое количество учащихся.

- Б) Слабая материальная база.
- В) Одновременное ведение уроков в нескольких непараллельных классах.

11. Главная сущность занятий спортом?

- А) Укрепление здоровья человека.
- Б) Повышение работоспособности человека.
- В) Достижение высоких спортивных результатов в избранном виде спорта.

12. В чем состоит отличие спортивной тренировки от практических занятий по физическому воспитанию?

- А) Целью и направленностью.
- Б) Местом проведения и методами.
- В) Набором упражнений.

13. Какой вид спорта не является циклическим?

- А) Плавание.
- Б) Гребля.
- В) Футбол.

14. Какие основные 3 группы методов обучения Вы знаете?

- А) Словесные, наглядные, практические.
- Б) Наглядные, познавательные, прикладные.
- В) Физические, биологические, гигиенические.

15. Что подразумевает так называемая «правильная» техника выполнения физического упражнения (действия)?

- А) Красота движений.
- Б) Соответствие техническому эталону (образцу).
- В) Эффективность в решении задач.

16. Какие существуют методы обучения двигательным действиям?

- А) Метод целостно-конструктивного упражнения и метод расчлененно-конструктивного упражнения («целостный» и «по частям»).
- Б) Круговой, повторный.
- В) Игровой, соревновательный, познавательный.

17. В чем заключается основное отличие упражнений аэробного и анаэробного характера?

- А) В мощности выполняемой нагрузки и, соответственно, участием или нет кислорода в обеспечении энергопродукции организма.
- Б) В количестве вдыхаемого воздуха.
- В) В соотношении вдоха и выдоха.

18. Для чего необходима разминка в тренировочном занятии?

- А) Для разогрева и улучшения самочувствия.
- Б) Для подготовки организма занимающегося в целом или отдельных его систем к выполнению основной тренировочной нагрузки?
- В) Для развития физических качеств и отработки техники.

19. Какие методы тренировки Вы знаете?

- А) Беговой, плавательный, игровой.
- Б) Равномерный, переменный, повторный, интервальный, круговой, соревновательный.

В) Словесный, наглядный, прикладной.

20. В чем состоит существенное отличие интервального метода тренировки и повторного?

- А) В объеме выполняемой нагрузки.
- Б) В количестве рабочих отрезков (подходов).
- В) В длительности интервалов отдыха.

Ключ к тестам (правильные ответы)

1- А	9 - Б	17 - А
2- Б	10 - В	18 - Б
3- В	11 - В	19 - Б
4- А	12 - А	20 - В
5- В	13 - В	
6- В	14 - А	
7- В	15 - В	
8- А	16 - А	

Шкала оценок

Оценка «отлично» ставится при правильном ответе на 18-20 вопросов.

Оценка «хорошо» ставится при правильном ответе на 14-17 вопросов

Оценка «удовлетворительно» ставится при правильном ответе на 10-13 вопросов

Оценка «неудовлетворительно» при правильном ответе на 9 и менее вопросов

Тематика рефератов, докладов

1. Педагоги-новаторы в спорте.
2. Педагоги физической культуры - новаторы.
3. Специфика воспитательной работы с высококвалифицированными спортсменами.
4. Принципы организации детского спортивного коллектива.
5. Цель и задачи воспитания юных спортсменов в новых социально-экономических условиях.
6. Особенности самовоспитания в спорте.
7. Направленность лидерства в спорте как педагогическая проблема.
8. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.
9. Специфика физкультурно-спортивной работы с детьми различного социального уровня.
10. Особенности самовоспитания в спорте.
11. Педагогическое руководство самовоспитанием в спорте.
12. Особенности самовоспитания в реабилитационных занятиях в инвалидном спорте.
13. Характеристика спортивного коллектива и его основные функции.
14. Значение коллектива для решения учебно-воспитательных задач при занятиях физической культурой и спортом.
15. Проблема социальной и спортивной адаптации в группе.
16. Проблема лидерства в спорте.
17. Социально-психологические феномены детского спортивного коллектива.
18. Стили руководства спортивной группой и их эффективность.
19. Воспитательные возможности спортивных команд в различных видах спорта.

20. Реализация комплексного подхода к формированию личности при занятиях физической культурой и спортом.
21. Игровой и соревновательный методы в физическом воспитании.
22. Методы обучения двигательным действиям.
23. Основы регулирования массы тела.
24. Умственное воспитание в процессе физического воспитания.
25. Обучение движениям (методика поэтапного формирования двигательных действий)
26. Средства и методы формирования силовых способностей
27. Средства и методы формирования скоростных способностей
28. Общая выносливость и методика ее воспитания
29. Специальная выносливость и методика ее воспитания (на примере своей специализации)
30. Средства и методы воспитания гибкости
31. Средства и методы воспитания координационных способностей
32. Инновационные направления в системе физического воспитания.
33. Спорт в системе физической культуры.
34. Содержание, структура соревновательной деятельности спортсменов.
35. Современные тенденции развития спорта.
36. Система многолетней спортивной подготовки (ДЮСШ – УОР – ШВСМ, ЦОП).
37. Тренировочные и соревновательные нагрузки (компоненты, критерии нагрузки).
38. Средства и методы тренировки.
39. Тренировочное занятие как структурная единица учебно-тренировочного процесса.
40. Структура и типы микроциклов.
41. Структура и типы мезоциклов.
42. Структура макроциклов. Содержание, система планирования. Закономерности развития спортивной формы как основополагающий фактор периодизации спортивной тренировки.
43. Особенности планирования переходного периода в различных видах спорта.
44. Планирование тренировочных заданий различной направленности.
45. Планирование микроциклов различной направленности.
46. Планирование этапов многолетней подготовки.
47. Организационные основы построения системы подготовки юных спортсменов.
48. Понятие о сенситивных периодах развития физических качеств и их учет в учебно-тренировочном процессе.
49. Программно-методические и нормативно-правовые основы подготовки юных спортсменов.
50. Основы контроля за учебно-тренировочным процессом спортсменов.
51. Применение тестовых заданий в подготовке спортсменов высокой квалификации.
52. Характеристика и структура соревновательной деятельности в различных видах спорта.
53. Организация мер безопасности при проведении соревнований.
54. Физиологические основы построения программ учебно-тренировочных занятий.
55. Теоретические принципы и задачи теории спорта.
56. Диагностика основных сторон подготовки спортсмена в циклических видах спорта.
57. Роль тренировочных заданий, как основы построения процесса спортивной подготовки.
58. Характеристика структуры соревновательной деятельности в циклических видах спорта.
59. Предельные физические нагрузки в различных видах спорта.

**Перечень вопросов и заданий,
выносимых на экзамен**

1. Характеристика профессиональной деятельности специалиста по физической культуре и спорту.

2. Место знаний, умений и навыков в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
3. Структура предмета ПФСС по видам спорта, программные установки. Содержание, организация работы, требования к студентам.
4. Связь курса ПФСС с теорией и методикой физического воспитания и спорта, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.
5. Что такое педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, его связь с другими дисциплинами профессионального цикла?
6. Общие понятия физической культуры и спорта?
7. Основные функции педагогического физкультурно-спортивного совершенствования?
8. Функции физической культуры и спорта.
9. Основные задачи физической культуры и спорта.
10. Реализация задач воспитания в формировании личности при занятиях физической культурой и спортом
11. Обеспечение единства требований обучения и воспитания в физической культуре и спорте.
12. Движущие силы физической культуры и спорта.
13. Раскрыть специфичность задач физического воспитания по направлениям: развития физических качеств и способностей, нравственному, эстетическому, умственному, трудовому.
14. Цель и задачи воспитания юных спортсменов в новых социально-экономических условиях.
15. Проблема соотношения обучения, воспитания и развития в условиях физкультурно-спортивной деятельности.
16. Реализация идей олимпийского образования в общей системе неспециального физкультурного образования.
17. Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта.
18. Требования к профессиональной деятельности современного преподавателя и тренера.
19. Спорт как исторически сложившаяся, специфическая человеческая деятельность.
20. Спорт в структуре современного общества.
21. Функции спорта и их направленность: соревновательная, повышения физической активности, оздоровительная и рекреационно-культурная, производственная, познавательная, укрепления мира, зрелищная, экономическая, престижная.
22. Типы спорта и их характеристика.
23. Разнообразие видов спорта, отличительные признаки.
24. Организация спорта на международном, региональном и национальном уровнях.
25. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.
26. Характеристика основных педагогических технологий в физической культуре и спорте.
27. Личностно-ориентированная парадигма обучения в дидактике спорте.
28. Концепция сотрудничества в процессе учебно-тренировочных занятий.
29. Техника. Определение техники «Кинематические, динамические, ритмические характеристики техники».
30. Тактика. Определение тактики. Содержание тактики, связь с техникой.
31. Физические качества, проявляющиеся в избранном виде спорта. Особенности развития физических качеств с учетом специфики вида спорта.
32. Сущность тренировки, ее место в системе подготовки спортсменов.
33. Составные части тренировки: техническая подготовка, тактическая подготовка, физическая подготовка, психологическая и теоретическая подготовка, интегральная подготовка
34. Дозирование тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней подготовки спортсменов.

35. Программные требования к тренировочному процессу по годам обучения.
36. Педагогический и врачебный контроль во время тренировок.
37. Построение тренировочных занятий, типы занятий по направленности.
38. Урок ФК. Организация урока. Средства, методы, используемые для организации урока ФК.
39. Спортивные секции и их особенности.
40. Комплектование групп и организации занятий в спортивных секциях.
41. Учет возрастных особенностей школьников при организации занятий ФК.
42. Особенности тренировочных занятий с учащимися в зависимости от условий (спортивный зал, площадка, стадион и т. д.).
43. Объем и интенсивность нагрузки в зависимости от возраста учащихся.
44. Задачи и организация тренировочного процесса в группах спортивного совершенствования.
45. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации.
46. Критерии оценки качества работы тренеров в спортивных организациях.
47. Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе в тренера.
48. Подготовка спортсменов высших разрядов.
49. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки.
50. Оценка качества работы тренера.
51. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы.
52. Массовый спорт и его характеристика в широком возрастном диапазоне.
53. Занятия спортом в общеобразовательных, профессиональных школах, в специальных учебных заведениях, производственных коллективах, по месту жительства, в местах отдыха трудящихся.
54. Содержание и организация работы в спортивных школах.
55. Основы профессиональной деятельности учителя физической культуры и тренера по спорту.
56. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
57. Педагогическое новаторство в сфере физической культуры и спорта.
58. Проблема соотношения обучения, воспитания и развития в условиях физкультурно-спортивной деятельности.
59. Реализация идей олимпийского образования в общей системе неспециального физкультурного образования.
60. Педагогические технологии и инновации в области физической культуры и спорта.
61. Основы профессиональной деятельности специалиста по ФК.
62. Основные положения физического воспитания и спортивной деятельности как основа формирования профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре.
63. Технологии труда преподавателя физической культуры и тренера по видам спорта.
64. Методические и практические вопросы формирования профессиональных умений педагога по физической культуре.
65. Сущность педагогических инноваций в спорте, их гуманистическая направленность.
66. Педагогическое новаторство в сфере физической культуры и спорта.
67. Возможности проектно-программного подхода в решении актуальных проблем физической культуры и спорта.
68. Методологические аспекты проектирования в физической культуре и спорте.
69. Теоретико-методологические основы проектной культуры педагога по физической культуре и тренера по спорту.
70. Роль управления в физическом воспитании и современном спорте.
71. Информационное обеспечение физического воспитания и современного спорта.
72. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности.

73. Тенденции развития видов спорта.

Оценка качества подготовки обучающихся включает текущий контроль знаний и промежуточную аттестацию. Данные типы контроля служат основным средством обеспечения в учебном процессе «обратной связи» между преподавателем и студентом, необходимой для стимулирования работы обучающихся и совершенствования методики преподавания учебной дисциплины.

К формам контроля относится промежуточный контроль знаний в устной форме. Студент должен ответить на два вопроса из примерного перечня вопросов.

При полном выполнении учебного плана, сдачи теста на положительную оценку, подготовка доклада-реферата, сдача презентации, экзамен выставляется в зачетку со средней отметкой за выполненные задания. В случае когда студент не набирает нужное количество баллов (60 и более) он сдает экзамен в виде ответа на выпавший вопрос из примерного перечня вопросов к экзамену

Отлично ставится при

- правильном, полном и логично построенном ответе,
- умении оперировать специальными терминами,
- использовании в ответе дополнительного материала,
- иллюстрировать теоретические положения практическим материалом.

Хорошо - в ответе могут иметься

- негрубые ошибки или неточности,
- затруднения в использовании практического материала,
- не вполне законченные выводы или обобщения.

Удовлетворительно ставится при

- схематичном неполном ответе,
- видимые затруднения в использовании практического материала,
- логически не законченном ответе

Неудовлетворительно ставится при

- неумении оперировать специальными терминами или их незнание,
- с грубыми ошибками,
- неумением приводить примеры практического использования научных знаний.
- несоответствие ответа заданному вопросу

Таблица 9 Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
Код и наименование проверяемой компетенции				
ПК 1 Способен формировать планируемые предметные результаты освоения основных и дополнительных образовательных программ в области физической культуры на основе современных образовательных технологий				
1.	Задание закрытого типа	Прочитайте текст, выберите один правильный вариант ответа 1. Какие основные 3 группы методов	+ А;	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		<p>обучения Вы знаете? А) Словесные, наглядные, практические. Б) Наглядные, познавательные, прикладные. В) Физические, биологические, гигиенические.</p>		
2.		<p>В чем состоит отличие спортивной тренировки от практических занятий по физическому воспитанию? А) Целью и направленностью. Б) Местом проведения и методами. В) Набором упражнений.</p>	+ В);	1
3.		<p>Что подразумевает так называемая «правильная» техника выполнения физического упражнения (действия)? А) Красота движений. Б) Соответствие техническому эталону (образцу). В) Эффективность в решении задач.</p>	+ Б);	1
4.		<p>Какую цель преследует отечественная система ФВ? А) Организацию комплексного воздействия на</p>	+ А)	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		человека (укрепление здоровья, обучение движениям, воспитательно-гигиенические навыки). Б) Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. В) Укрепление здоровья людей.		
5.		В чем состоит существенное отличие интервального метода тренировки и повторного? А) В объеме выполняемой нагрузки. Б) В количестве рабочих отрезков (подходов). В) В длительности интервалов отдыха.	+ Б) ;	1
6.	Задание открытого типа (с развернутым ответом)	1. <i>Решите практическую задачу.</i> Какой метод тренировки выбрать при работе с квалифицированным и и хорошо тренированными спортсменами.	+ а) Соревновательный метод; Соревновательный метод — это способ выполнения упражнений в форме соревнований, который используется для повышения уровня подготовленности занимающихся. Главная черта метода — сопоставление сил в условиях упорядоченного соперничества , борьбы за первенство или высокое достижение. Соревновательный метод применяется в разных сферах, например:	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			<p>В спорте — в виде официальных соревнований различного уровня (Олимпийские игры, чемпионаты мира, отборочные состязания).</p> <p>В физическом воспитании — как элемент организации урока или любого физкультурно-спортивного занятия, включая спортивную тренировку.</p> <p>Особенности Некоторые особенности соревновательного метода:</p> <p>Унификация предмета состязания, порядка борьбы за победу и способов оценки достижения.</p> <p>Эмоциональная напряжённость во время состязаний, фактор противодействия и противоборства.</p> <p>Ограниченные возможности для точного дозирования нагрузки и руководства деятельностью занимающихся.</p> <p>Достоинства и недостатки Достоинства: стимулирует максимальное проявление двигательных способностей и выявление уровня их развития; позволяет выявлять и оценивать качество владения двигательными действиями; обеспечивает максимальную физическую нагрузку;</p>	

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			<p>содействует воспитанию волевых качеств.</p> <p>Недостатки: фактор соперничества может способствовать формированию не только положительных, но и отрицательных черт характера (эгоизма, тщеславия). применение метода ограничено возрастными рамками и состоянием здоровья.</p> <p>Примеры Некоторые примеры использования соревновательного метода: Эстафеты на уроках физической культуры, где команды соревнуются в количестве упражнений за определённый промежуток времени. Соревнования на лучшее выполнение строевых упражнений — класс делится на команды, и проводится состязание, участники оценивают друг друга. Соревнования в технике освоения упражнений — например, кто быстрее найдёт ошибку в задании.</p>	
7.		2. На сколько групп разделены и классифицированы доступные методы тренировки	Методы тренировки имеют первостепенное значение и для теории тренировки, и для тренерской практики. Несмотря на огромное разнообразие возможных комбинаций упражнений, доступные методы тренировки могут быть классифицированы и подразделены на пять главных групп	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
8.		3. Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как.....	+единоборства	1
9.		Ловкость как физическое качество и методы ее воспитания	<p>Ответ: Под физическим качеством ловкости понимается единство взаимодействия функций центрального и периферического управления двигательной системой человека, позволяющих перестраивать биомеханическую структуру действий в соответствии с меняющимися условиями решения двигательной задачи. Ловкость выражается через совокупность координационных способностей, проявляющихся при условии сохранения устойчивости тела и необходимой амплитуды движений. Методы: игровой соревновательный.</p>	5
10.		5. Охарактеризуйте этапы спортивной подготовки.	<p>Ответ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предварительная подготовка -1-3 года 2. Начальная специализация 2-3 года. 	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			3. Углублённая специализация 2-3 года. 4. Спортивное совершенствование индивидуально.	
	Задание закрытого типа	1. Компоненты физической культуры А) спортивно-массовая работа, самостоятельные занятия ФК Б) учебно-тренировочные занятия, экстремальные виды спорта В) физическое воспитание, спорт, Г) урок физической культуры, подвижные игры	+ В;	1
11.		Документ, определяющий программно-нормативные основы системы физической культуры А) Единой спортивной классификации Б) федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» В) государственный стандарта по физическому воспитанию Г) программы по физическому воспитанию	+ Б);	1
12.		К общественным органам управления ФК относится:	+ А);	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		А) Олимпийский комитет России Б) Министерство Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму В) Комитет Государственной Думы по туризму и спорту Г) городские комитеты по физической культуре и спорту		
13.		Основная цель отечественной системы ФВ? А) Организацию комплексного воздействия на человека (укрепление здоровья, обучение движениям, воспитательно-гигиенические навыки). Б) Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам. В) Укрепление здоровья людей.	+ А)	1
14.		Основное содержание Единой спортивной классификации включает: А) порядок присвоения и подтверждения спортивных званий и разрядов в Российской Федерации Б) содержание физического	+ А) ;	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		воспитания в образовательных учреждениях В) критерии оценок по ФВ Г) программно-нормативные основы системы физической культуры		
15.	Задание открытого типа	<p><i>Решите практическую задачу.</i> Укажите пункты Положения о соревнованиях. Какой из ниже перечисленных пунктов не является обязательным в структуре Положения...?</p> <p>1) цели и задачи соревнований 2) сроки и место проведения соревнований 3) руководство проведением соревнований 4) требования к участвующим организациям, участникам соревнований и условия проведения 5) условия подведения итогов 6) условия финансирования 7) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях</p>	<p>Ответ + 7) все пункты обязательны в структуре Положения о соревнованиях. Соревнования проводятся по установленным правилам. В данном варианте перечислены все пункты. Особое внимание уделяется пункту 4.</p>	5
16.		Под «системой физической культуры» понимается -	<p>Ответ: - общественных организаций Общественная организация в физической культуре — это</p>	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		упорядоченная совокупность государственных органов, ----- и граждан, осуществляющих деятельность в целях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации.	добровольное объединение граждан, созданное с целью достижения общих интересов занимающихся физической культурой и спортом и защиты прав своих участников.	
17.		Все разновидности борьбы, бокса, фехтования, характеризующиеся контактным противоборством двух соперников в бою или поединке, регламентированном правилами соревнований, обозначаются, как.....	+единоборства Единоборства — спортивные дисциплины, где противники вступают в борьбу один на один. Цель — при помощи приёмов, в соответствии с установленными правилами, нанести физический ущерб оппоненту или сделать его положение невыгодным, не позволяя сделать то же самое с собой.	1
18.		Ниже приводится классификация соревнований по ведомственной принадлежности спортсменов. Какой из ниже перечисленных пунктов не соответствует правильному пониманию представляемой классификации...? 1) профсоюзные 2) армейские 3) коллективов физической культуры 4) соревнования с параллельным зачетом	Ответ: 4) с параллельным зачетом Параллельный зачёт — это зачисление результатов по итогам личных официальных спортивных соревнований двум субъектам Российской Федерации за выступление одного спортсмена	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
19.		5. Охарактеризуйте организации занятий физической культурой	<p>Ответ:</p> <p>Эффективность занятий в большей степени зависит от их правильной организации, которая позволяет обеспечить плотность занятий, оптимальную дозировку выполняемых упражнений, действенный контроль, учёт индивидуальных особенностей спортсменов.</p> <p>Рекомендуется различать следующие формы организации занятий: фронтальную, групповую, индивидуальную и свободную.</p>	5
20.	<p>Задание комбинированного типа (с выбором одного варианта ответа и обоснованием выбора)</p>	<p><i>Прочитайте текст, запишите ответ и его обоснование</i></p> <p>Под «системой физической культуры» понимается _____ и _____ упорядоченная совокупность государственных органов, _____ и граждан, осуществляющих деятельность в целях развития физической культуры и спорта в Российской Федерации.</p> <p>а) спортивных школ б) министерств в) _____ общественных организаций г) физкультурно-</p>	<p>Ответ: - в)</p> <p>общественных организаций</p> <p>Некоторые компоненты системы физической культуры:</p> <p>Физическое воспитание. Педагогический процесс, направленный на развитие и совершенствование двигательных возможностей человека.</p> <p>Спорт. Игровая соревновательная деятельность и подготовка к ней, которая раскрывает психофизические способности человека на предельных уровнях</p> <p>Физическая рекреация. Использование физических упражнений и видов спорта в упрощённых формах для активного отдыха и восстановления сил.</p> <p>Физическая реабилитация. Процесс восстановления с помощью физических упражнений временно</p>	5

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		оздоровительных комплексов	утраченных или сниженных физических способностей, лечения травм	

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины.

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Дисциплина Педагогическое физкультурно -спортивное совершенствование.

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий/ баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Основной блок				
1.	Посещение занятий	18\0,2	3,6	
2.	Выступление на семинарских занятиях			по расписанию
2.1.	полный ответ по вопросу	9\1 балла	9	
2.2.	доклад теме	1\1,8 балла	1,8	
2.3.	дополнение	9\0,4 балла	3,6	
2	Практическое задание	1\4 балла	4	по расписанию
3	Тестирование по разделам	40\0,5 балл за каждый правильный ответ	20	по расписанию
4	Презентация	1\ 2,5балла	2,5	по расписанию
5	Практическая работа	1\ 3балла	3	по расписанию
6	Реферат	1\2,5 балла	2,5	по расписанию
Промежуточный контроль			50	
6	Блок бонусов			
6.1.	Научно-практическая деятельность (выступление на конференции, публикации статей)	1\10 балла	10	по расписанию
			10	по расписанию
Всего				
дополнительный блок				
7	Экзамен		50	по расписанию
Итого			100	

Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)

Показатель	Балл
<i>Опоздание на занятие</i>	- 1
<i>Нарушение учебной дисциплины</i>	- 2
<i>Неготовность к занятию</i>	- 2
<i>Пропуск занятия без уважительной причины</i>	-2
<i>Не выполненное домашнее задание</i>	- 3

Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине

Сумма баллов	Оценка по 4-балльной шкале
90–100	5 (отлично)
85–89	4 (хорошо)
75–84	
70–74	
65–69	3 (удовлетворительно)
60–64	
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)

При реализации дисциплины в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература:

Губа В.П., Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) [Электронный ресурс] : научно-методич. пособие / В.П. Губа. - М. : Советский спорт, 2012. - 384 с. - ISBN 978-5-9718-0577-9 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971805779.html>

Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: введение в предмет : учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений / Л. П. Матвеев. - 4-е изд. ; стереотип. - СПб; М. : Лань: Омега-Л, 2004. - 160 с. – 37 шт

Холодов, Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие /. - 2-е изд. ; испр. и доп. - М. : Академия, 2002. - 480 с. – 21 шт.

Шамардин А.И., Организационные аспекты управления физкультурно-спортивным движением [Электронный ресурс]: учебное пособие / А.И. Шамардин, В.Д. Фискалов, Ю.А. Зубарев, В.П. Черкашин; под общ. ред. В.Д. Фискалова - М. : Советский спорт, 2013. - 464 с. - ISBN 978-5-9718-0628-8 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971806288.html>

8.2. Дополнительная литература:

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : рек. М-вом РФ по физической культуре, спорту и туризму в качестве учеб. пособия для студентов и преподавателей вузов и сред. учеб. заведений физической культуры / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. - 3-е изд. ; стер. - М. : Академия, 2004. - 480 с. – 12 шт.

3. Холодов, Ж. К. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учебное пособие / Холодов, Жорж Константинович, Кузнецов, Василий Степанович. - М. : Академия, 2001. - 144 с. 21 шт.

4. Адельфинский А.С., Назло рекордам. Опыт исследования массового спорта[Электронный ресурс] монография/ Адельфинский, А. С. - М.: Дело, 2018. - 384 с. - ISBN 978-5-7749-1297-1 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785774912971.html>

5. Ворожбитова А.Л., Гендер в спортивной деятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ворожбитова А.Л. - М. : ФЛИНТА, 2014. - 216 с. - ISBN 978-5-9765-1031-9 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976510319.html>

6. Варфоломеева З.С., Проектирование педагогических технологий в физическом воспитании школьников и детско-юношеском спорте [Электронный ресурс] / Варфоломеева З.С. - М. : ФЛИНТА, 2017. - 154 с. - ISBN 978-5-9765-1527-7 - Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976515277.html>

1. Шустин Б.Н., Вестник спортивной науки [Электронный ресурс] / Шустин Б.Н., Яшина Е.Р., Арансон М.В. - М. : Спорт, 2017. - ISBN --2017 - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/sport_5-2017.html

8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины

Учетная запись образовательного портала АГУ

1. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог в настоящее время содержит около 15000 наименований. www.studentlibrary.ru. *Регистрация с компьютеров АГУ*

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для проведения занятий по дисциплине имеются лекционные аудитории, оборудованные мультимедийной техникой с возможностью презентации обучающих материалов, фрагментов фильмов; аудитории для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью и средствами наглядного представления учебных материалов; библиотека с местами, оборудованными компьютерами, имеющими доступ к сети Интернет.

10. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Рабочая программа дисциплины при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами, или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т.д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т.д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).