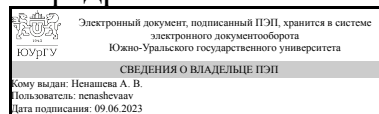


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



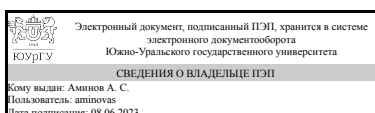
А. В. Ненашева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.П0.03 Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование
для направления 44.03.01 Педагогическое образование
уровень Бакалавриат
профиль подготовки Физкультурное образование
форма обучения заочная
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование**

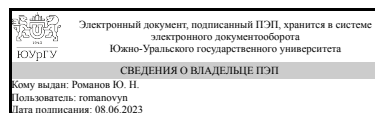
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование, утверждённым приказом Минобрнауки от 22.02.2018 № 121

Зав.кафедрой разработчика,
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,
д.биол.н., проф., профессор



Ю. Н. Романов

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре. Задачи: ознакомиться с технологией труда педагога по физической культуре; изучить средства и методы двигательной деятельности для коррекции состояния обучающихся различного пола и возраста; научиться поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

Краткое содержание дисциплины

Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в системе высшего профессионального физкультурного образования. Двигательные качества и физическая подготовка. Техничко-тактическая и психологическая подготовка. Средства восстановления, профилактики и реабилитации в физической культуре и спорте. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь. Спортивная ориентация, методика и организация отбора. Основы управления процессом подготовки спортсменов. Спортивная работа в образовательных организациях. Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре (на основе избранного физкультурно-спортивного вида).

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	Знает: требования и принципы целеполагания; принципы и методы планирования; виды и содержание планирования в физкультурно-спортивной деятельности; методы организации и управления в системе организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы, применяемые на федеральном и региональном уровнях; количественные показатели физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; конституцию РФ, гражданские права и обязанности, законы РФ и нормативные документы в области физической культуры и спорта. Умеет: формулировать перечень взаимосвязанных задач, обеспечивающих достижение поставленной цели; определять ожидаемые результаты решения задач; разрабатывать различные виды планов по реализации физкультурно-оздоровительных и спортивных программ; осуществлять планирование физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с учетом их целей и задач; проводить анализ планов с позиций правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений; проводить оценку ресурсного обеспечения физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы; ориентироваться в

	<p>законодательстве и правовой литературе, принимать решения и совершать действия в соответствии с законом.</p> <p>Имеет практический опыт: планирования и реализации циклов физкультурно-оздоровительных занятий различной направленности; планирования физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий; планирования и проведения научного исследования по определению эффективности тренировочной деятельности.</p>
<p>УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p>	<p>Знает: значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности, и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни; требования профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта к уровню физической подготовленности работников; правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту; методики обучения технике двигательных действий и развития физических качеств средствами базовых видов спорта и ИВС; основы планирования и проведения занятий по физической культуре; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; правила эксплуатации контрольно-измерительных приборов и инвентаря.</p> <p>Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности; проводить занятия по общей физической подготовке; определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием и контрольно-измерительными приборами и обнаруживать их неисправности.</p> <p>Имеет практический опыт: проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта для оптимизации двигательного режима; планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта; планирования и</p>

	<p>проведения учебно-тренировочных занятий по ИВС по обучению технике выполнения упражнений, развитию физических качеств и воспитанию личности; владения техникой основных двигательных действий базовых видов спорта и ИВС на уровне выполнения контрольных нормативов; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности.</p>
<p>УК-9 Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности</p>	<p>Знает: сущность приоритетных направлений развития образовательной системы Российской Федерации, законов и иных нормативно-правовых актов, регламентирующих образовательную деятельность в Российской Федерации, нормативных документов по вопросам физической культуры и спорта. Умеет: принимать обоснованные решения в различных областях жизнедеятельности.</p>
<p>УК-10 Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности</p>	<p>Знает: сущность коррупционного поведения и его взаимосвязь с социальными, экономическими, политическими и иными условиями. Умеет: анализировать и правильно применять правовые нормы о противодействии коррупционному поведению. Имеет практический опыт: навыками применения нормативных правовых актов о противодействии коррупционному поведению.</p>
<p>ПК-3 Способен осуществлять и обеспечивать в урочное и внеурочное обучение пути реализации программ и индивидуальных маршрутов воспитания и социализации обучающихся.</p>	<p>Знает: основные закономерности возрастного развития, стадии и кризисы развития и социализации личности. Умеет: регулировать поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды, планировать специализированный образовательный процесс для группы, класса и/или отдельных контингентов обучающихся. Имеет практический опыт: осуществления и обеспечивать в урочное и внеурочное обучение пути реализации программ и индивидуальных маршрутов воспитания и социализации обучающихся.</p>

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
<p>Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом, Педагогика физической культуры, Физиология физического воспитания и спорта, Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, Теория и методика физической культуры, Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности,</p>	<p>Не предусмотрены</p>

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Дисциплина	Требования
Педагогика физической культуры	<p>Знает: место предмета "Физическая культура" в пределах требований ФГОС, его истории и места в мировой культуре и науке; содержание и особенности построения учебных программ по физической культуре в учреждениях общего образования; терминологию базовых видов спорта., разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения и воспитания в урочной и внеурочной деятельности., необходимые для осуществления профессиональной деятельности</p> <p>правовые нормы и методологию принятия управленческих решений, принципы сбора, отбора и обобщения информации, специфику системного подхода для решения поставленных задач в области физической культуры и спорта.</p> <p>Умеет: реализовывать образовательные программы по физической культуре в соответствии с требованиями образовательных стандартов; планировать различные формы занятий и составлять конспекты уроков/занятий с учетом психолого-педагогических основ физкультурной деятельности; ставить цели и задачи учебных занятий; осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования., использовать разнообразные формы, приемы, методы и средства обучения, в том числе по индивидуальным учебным планам., разрабатывать план, определять целевые этапы и основные направления работы, выбирать оптимальные способы решения поставленных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений, приобретать новые знания на основе анализа, синтеза и других методов; осуществлять поиск информации по научным проблемам, относящимся к профессиональной области.</p> <p>Имеет практический опыт: владения основными элементами технологии преподавания физической культуры; навыками готовить и проводить тренировочные занятия и внеклассные воспитательные мероприятия; осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по физической культуре в урочное и внеурочное время., организации различных</p>

	<p>видов урочной и внеурочной деятельности., владения методикой организации проектной деятельности в области физической культуры и спорта., владения навыками научного поиска и практической работы с информационными источниками, адекватного использования информации, полученной из медиа и других источников для решения поставленных задач.</p>
<p>Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>Знает: общетеоретические основы гигиены физкультурно-спортивной деятельности, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач., алгоритмы поиска оптимальных способов решения задач в рамках поставленной цели, технологию проектирования, необходимые ресурсы, действующие правовые нормы и ограничения. Умеет: осуществлять и обеспечивать в урочное и внеурочное обучение пути реализации программ и индивидуальных маршрутов воспитания и социализации обучающихся., определять задачи исходя из поставленной цели с учетом действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений. Имеет практический опыт: владения инструментами для определения и достижения задач, подчиненных общей цели, с использованием действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.</p>
<p>Физиология физического воспитания и спорта</p>	<p>Знает: понятие о системе физической культуры, её целях, задачах и общих принципах; основные технологии поиска и сбора информации; способы статистической обработки данных, представленных в различных измерительных шкалах и анализ полученных результатов., общетеоретические основы физиологии физического воспитания в объеме, необходимых для решения педагогических, научно-методических и организационно-управленческих задач. Умеет: работать с информацией, представленной в различной форме; обрабатывать данные средствами стандартного программного обеспечения; обосновывать решение задач физиологии физического воспитания и спорта с позиций системного подхода; осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач., создание индивидуальных маршрутов воспитания и социализации с учетом физиологии двигательной деятельности. Имеет практический опыт: работы с персональным компьютером и поисковыми сервисами Интернета; критического анализа и обобщения информации по актуальным вопросам физиологии физического воспитания и спорта.</p>
<p>Основы медицинских знаний и здорового образа</p>	<p>Знает: терминологию, предмет безопасности</p>

ЖИЗНИ

жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; технику безопасности и правила пожарной безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил при возникновении чрезвычайных ситуаций., значение физической культуры как фактора развития человеческого капитала, основной составляющей здорового образа жизни; основные показатели физического развития, функциональной подготовленности, работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели; основы организации здорового образа жизни, правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, адаптивной физической культуре и адаптивному спорту; основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности по результатам тестирования; способы обеспечения должного уровня физической подготовленности для осуществления полноценной социальной и профессиональной деятельности, правила соблюдения норм здорового образа жизни. Умеет: организовывать физкультурно-спортивные мероприятия с учетом действующих норм и правил безопасности для участников, зрителей и обслуживающего персонала; оказывать первую помощь пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий; использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций., планировать отдельные занятия и циклы занятий по физической культуре оздоровительной направленности с учетом особенностей профессиональной деятельности, определять и учитывать величину нагрузки на занятиях; соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности. Имеет практический опыт: использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в процессе физкультурно-спортивных занятий, в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

	<p>использования методов защиты обучающихся на уроках физической культуры, при проведении учебно-тренировочных занятий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий; организации физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил при возникновении чрезвычайных ситуаций. , проведения с обучающимися теоретических занятий и бесед о пользе, значении физической культуры и спорта, основах здорового образа жизни, о важности физической подготовки к систематическим занятиям и использовании средств физической культуры и спорта, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта для оптимизации двигательного режима, планирования и проведения занятий по обучению технике базовых видов спорта, видов адаптивного спорта; самоконтроля и анализа своего физического состояния, физической подготовленности; здоровьесберегающими технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.</p>
<p>Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом</p>	<p>Знает: причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций; основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды., программы и учебники по преподаваемому предмету; содержание учебного предмета в пределах требований федеральных государственных образовательных стандартов; основные термины, понятия, законы, предусмотренные рабочей программой учебного предмета; правила по охране труда и требования к безопасности образовательной среды., основные нормативные правовые документы в области профессиональной деятельности. Умеет: выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности для обучающегося и принимать меры по ее предупреждению в условиях образовательного учреждения; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях., планировать и осуществлять учебный процесс в соответствии с основной общеобразовательной программой., ориентироваться в системе законодательства и нормативных правовых актов. Имеет практический опыт: владения методами прогнозирования возникновения опасных или чрезвычайных ситуаций; навыками поддержания</p>

	<p>безопасных условий жизнедеятельности. , применяет современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы., понятийным аппаратом в области права; владеет методами убеждения, аргументации своей позиции.</p>
<p>Методика обучения и воспитания</p>	<p>Знает: принципы построения конспекта, технологической карты урока физической культуры в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока; формы и методы обучения и воспитания., содержание Федеральных государственных образовательных стандартов всех уровней образования, ФГОС инклюзивного образования; структуру и содержание программ по физической культуре в соответствии с требованиями образовательных стандартов, методику урока физической культуры, структуру, содержание и основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности, задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности., систему базовых национальных ценностей, структуру, содержание и основные характеристики процесса воспитания в физкультурно-спортивной деятельности, задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и вне учебной деятельности. модели нравственного поведения в профессиональной деятельности., приоритетные направления развития системы образования Российской Федерации, законы и иные нормативно-правовые акты, регламентирующие деятельность в сфере образования в Российской Федерации, нормативные документы по вопросам обучения и воспитания детей и молодежи, федеральные государственные образовательные стандарты начального, основного , среднего общего образования., программы и учебники по преподаваемому предмету, основы методики преподавания предмета «Физическая культура», основные принципы деятельностного подхода, концептуальные положения и требования к организации образовательного процесса по физической культуре, определяемые ФГОС общего образования; формы, методы и средства обучения физической культуре; особенности проектирования образовательного процесса по физической культуре в разных образовательных учреждениях., способы взаимодействия педагога с различными субъектами педагогического процесса; методику организации индивидуального подхода к учащимся на уроке;</p>

формы организации учащихся в урочное и внеурочное время. , принципы проектирования учебных программ по физической культуре, структуру и содержание технологических карт по физической культуре; основные направления организации образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего образования., современные методы и технологии обучения и диагностики, их сущность и назначение, подходы к оцениванию образовательных достижений школьников, виды и способы контроля. Умеет: разрабатывать рабочую программу по предмет на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение; осуществлять и обеспечивать в урочное и внеурочное обучение пути реализации программ и индивидуальных маршрутов воспитания и социализации обучающихся. , реализовывать учебные программы по физической культуре в различных образовательных учреждениях; составлять рабочую программу по предмету, календарно-тематическое планирование изучения курса; организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов., обеспечивать взаимосвязь образовательных и воспитательных задач в учебно-воспитательном процессе, организовывать учебную и вне учебную деятельность обучающихся; осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей. , применять основные нормативно-правовые акты в сфере образования и нормы профессиональной этики; строить образовательные отношения в соответствии с правовыми и этическими нормами профессиональной деятельности., проектировать элементы образовательной программы, рабочую программу по физической культуре; формулировать дидактические цели и задачи обучения и реализовывать их в образовательном процессе по физической культуре, планировать, моделировать и реализовывать различные организационные формы в процессе обучения физической культуре. , работать в коллективе, решать конкретные задачи в комплексе воспитательных и учебных задач, учитывать в педагогическом взаимодействии различные особенности учащихся; осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных

особенностей; взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ. , осваивать ресурсы образовательных систем и проектировать образовательные программы; составлять конспекты (технологические карты) уроков, внеклассных мероприятий; планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой; определять цель, задачи, осуществлять подбор средств и устанавливать параметры нагрузок при планировании активного отдыха детей с использованием средств физической культуры и спорта в режиме учебного и вне учебного времени; участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий). , анализировать проведенные занятия (уроки физической культуры) по базовым видам спорта, для установления соответствия содержания, методов и средств, поставленным целям и задачам, интерпретировать и использовать в работе полученные результаты для коррекции собственной деятельности; осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении. Имеет практический опыт: построения конспекта, технологической карты урока физической культуры в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока., реализации учебных программ в различных образовательных учреждениях; организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; определения целей и задач программы мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации; составления плана физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера., владения способами и методами организации сотрудничества обучающихся и воспитанников в учебно-воспитательном процессе., применения действий по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики в условиях реальных

	<p>педагогических ситуаций; действиями по осуществлению профессиональной деятельности в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов общего образования – в части анализа содержания современных подходов к организации и функционированию системы общего образования., применять умения по планированию, проектированию образовательного процесса, проведения учебных занятий; выбора методов и средств обучения физической культуры., владения методикой реализации индивидуального подхода к учащимся на уроке; различными формами организации учащихся в урочное и внеурочное время., участия в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывая отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий); составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, составления конспектов, технологических карт урока по физической культуре; планирования и проведение занятий по учебному предмету «Физическая культура», планирования внеурочных занятий, мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации., проведения педагогического контроля эффективности занятия по физической культуре (хронометрирования, пульсометрии, педагогического наблюдения); владения современными методиками и технологиями, в том числе и информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса.</p>
<p>Теория и методика физической культуры</p>	<p>Знает: общие положения и понятия дисциплины, основные показатели физического развития, функциональной подготовленности и работоспособности и влияние физических упражнений на данные показатели., технологии разработки и реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта; методику организационно-методического сопровождение образовательного процесса. Умеет: самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; проводить занятия по общей физической подготовке; использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом условий реализации социальной и профессиональной деятельности., определять методы, формы и средства разработки образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся; применять инновационные методики физической культуры</p>

	культуры и спорта; осуществлять на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования. Имеет практический опыт: владения методами самоконтроля и анализа своего физического состояния, технологиями, поддерживающими должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности., владения навыками разработки образовательных программ в области физической культуры и спорта; проведения занятий по физической культуре и спорту, спортивных и физкультурных мероприятий в области образования; осуществления на основе существующих методик организационно-методическое сопровождение образовательного процесса по программам основного общего и среднего общего образования.
--	--

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 7 з.е., 252 ч., 44,75 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		8	9
Общая трудоёмкость дисциплины	252	144	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	28	16	12
Лекции (Л)	12	8	4
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	16	8	8
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	207,25	119,75	87,5
подготовка к тестированию и экзамену	37,5	0	37,5
подготовка к зачету	19,75	19,75	0
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	75	50	25
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	75	50	25
Консультации и промежуточная аттестация	16,75	8,25	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	экзамен

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в
-----------	----------------------------------	-------------------------------------

		часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в системе высшего профессионального физкультурного образования.	2	2	0	0
2	Двигательные качества и физическая подготовка	4	2	2	0
3	Технико-тактическая и психологическая подготовка	4	2	2	0
4	Средства восстановления, профилактики и реабилитации в физической культуре и спорте	2	0	2	0
5	Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь	4	2	2	0
6	Спортивная ориентация, методика и организация отбора	4	2	2	0
7	Основы управления процессом подготовки спортсмена	4	2	2	0
8	Спортивная работа в образовательных организациях	2	0	2	0
9	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре (на основе избранного физкультурно-спортивного вида)	2	0	2	0

5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Интегративный характер и место ПФСС в комплексе дисциплин предметной подготовки. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя по физической культуре	2
2	2	Технологии физической подготовки. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства. Критерии физической подготовленности спортсменов. Физические качества быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорта и формы их проявления в избранном виде спорта.	2
3	3	Спортивная техника: характеристика, критерии эффективности. Техника спортивных упражнений. Техническая подготовленность. Результативность техники (эффективность, стабильность, вариативность, экономичность, минимальное тактическое информативность техники для соперника). Психологическая подготовка и психологическая подготовленность.	2
4	5	Соревновательные нагрузки, их характеристика. Соревновательные нагрузки в годичном цикле подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации, количество соревнований, стартов в годичном цикле. Планирование соревновательных нагрузок. Связь соревновательной и тренировочной нагрузки.	2
5	6	Спортивный отбор, его особенности на этапах многолетней подготовки. Спортивный отбор. Ступени спортивного отбора. Организация отбора	2
6	7	Цель, объект и виды управления в системе подготовке спортсменов. Обеспечение условий для эффективной подготовки спортсменов. Определение индивидуальных особенностей и возможностей спортсмена. Установление целей и конкретных задач подготовки. Выбор средств и методов и величины нагрузки. Текущее и оперативное управление. Составление общих и индивидуальных планов и программ подготовки. Практическое выполнение программы подготовки и ее коррекция. Основные средства контроля и учета	2

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	2	Круговая тренировка: непрерывный метод тренировки, интервальный метод тренировки. Тесты и показатели физического развития. Контроль физической подготовленности. Модельные характеристики тренировочной деятельности (по уровню подготовленности) (технической, тактической, физической, технической и интегральной подготовке; функциональным возможностям и морфологическим признакам).	2
2	3	Совершенствование спортивного мышления. Качества психики и направления психологической подготовки. Формирование мотивации занятий спортом. Волевая подготовка. Идеомоторная подготовка. Совершенствование специализированных умений. Регулирование психической напряженности. Совершенствование толерантности к эмоциональному стрессу. Изучение структурных компонентов личности спортсмена. Контроль психологической подготовленности.	2
3	4	Утомление и восстановление. Процесс утомления. Локализация утомления. Механизмы утомления. Группы систем обеспечивающая выполнения любого упражнения. Восстановление. Фазы периода восстановления. Общие закономерности восстановления функции после работы. Определение фаз восстановления по данным ЧСС. Характеристика явления «суперкомпенсации». Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления. Основные направления использования средств управления работоспособностью и восстановительными процессами. Планирование средств восстановления и стимуляции работоспособности в процессе подготовки.	2
4	5	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.	2
5	6	Модельные характеристики соревновательной и тренировочной деятельности. Связь модельных характеристик с уровнем подготовленности. Целевые нормативы по видам спорта. Начальный отбор для занятий видом спорта. Углубленный отбор с дифференциацией спортсменов (по избранному виду спорта) на основе изучения индивидуальных особенностей спортсменов: задачи, методы и организация. Отбор для участия в ответственных соревнованиях: задачи, методы, организация	2
6	7	Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов. Информационное обеспечение управления. Прогнозирование и моделирование в управлении, использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности. Планирование изучения программного материала в многолетнем аспекте, в годичном цикле, по этапам, неделям, отдельным тренировочным занятиям. Планирование тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетнем аспекте, в годичном цикле, средних и малых циклах, отдельных тренировочных занятиях. Типы малых и средних циклов подготовки в зависимости от задач этапов подготовки, характера тренировочных нагрузок.	2
7	8	Организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе. Воспитательная, методическая и тренировочная работа, помощь образовательным школам в проведении физкультурно-спортивных мероприятий. Организация работы спортивных секций в школе и оздоровительных лагерях.	2
8	9	Характеристика вида спорта (на примере избранного вида спорта). Правила видов спорта (на примере избранного вида спорта). Специфика и особенности видов спорта. Обучение основным движениям в видах спорта.	2

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
подготовка к тестированию и экзамену	ПУМД 2 доп. с.12-247, ЭУМД 1 осн. с. 6-232, 2 осн. с. 42-260	9	37,5
подготовка к зачету	ПУМД 2 доп. с.12-247, ЭУМД 1 осн. с. 6-168	8	19,75
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	ЭУМД основная и дополнительная лит-ра, Интернет	9	25
Выполнение исследовательских и творческих заданий, презентаций	ЭУМД основная и дополнительная лит-ра, Интернет	8	50
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ЭУМД осн и доп лит-ра, Интернет сайт Министерство спорта РФ	8	50
Изучение и конспектирование учебных пособий, хрестоматий и сборников документов	ЭУМД осн и доп лит-ра, Интернет сайт Министерство спорта РФ	9	25

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-мestr	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	8	Текущий контроль	Глоссарий	5	10	9-10 баллов: содержание тезауруса соответствует заданной профессиональной тематике, использованы релевантные источники, максимально полно и детально раскрыты ключевые слова (не менее 90- 100%) 7-8 баллов: содержание тезауруса в целом соответствует заданной профессиональной тематике, но присутствуют избыточные, либо не совсем соответствующие теме, раскрыты ключевые слова (не менее 70-80%). 5-6 баллов: содержание тезауруса не в полной мере соответствует заданной профессиональной тематике, но	зачет

						<p>присутствуют избыточные, либо не соответствующие профессиональной сфере, приведены ключевые слова в ограниченном количестве (не менее 50-60%).</p> <p>3-4 балла: содержание тезауруса не соответствует заданной профессиональной тематике, количество ключевых слов в ограниченном количестве (не менее 30-40%).</p> <p>1-2 балла: глоссарий содержит материал не по заданию.</p> <p>0 баллов - задание не выполнено.</p>	
2	8	Текущий контроль	Задание 1	1	5	<p>5 баллов: выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена своевременно.</p> <p>4 балла: выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена своевременно.</p> <p>3 балла: не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации; работа выполнена своевременно.</p> <p>2 балла: работа содержит материал не по вопросу; выполнена с опозданием.</p> <p>1 балл: работа содержит грубые ошибки и выполнена с опозданием.</p> <p>0 баллов: работа не выполнена.</p>	зачет
3	8	Текущий контроль	Защита презентации	1	5	<p>5 баллов: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.</p> <p>4 балла: презентация соответствует теме; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, план, автор); сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения</p>	зачет

						(фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок. 3 балла: презентация соответствует теме; техническая сторона презентации имеет много погрешностей и во многом не соответствует всем требованиям (количество, правила оформления слайдов, структура слайдов и т.д.). 2 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу.	
4	8	Текущий контроль	Задание 2	2	5	5 баллов: методические указания составлены по предложенному плану на 90-100%, правильное внешнее оформление, задание представлено в установленный срок. 4 балла: методические указания составлены по предложенному плану на 70-80%, но некоторые вопросы раскрыты не полностью, незначительные ошибки во внешнем оформлении, задание представлено в установленный срок. 3 балла: методические указания составлены с отклонениями от предложенного плана, некоторые вопросы раскрыты не полностью, ошибки во внешнем оформлении, удовлетворительное внешнее оформление, задание представлено с опозданием. 2 балла: работа выполнена с ошибками, неудовлетворительное внешнее оформление, задание представлено с опозданием. 1 балл: работа содержит грубые ошибки, задание представлено с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	зачет
5	8	Текущий контроль	Показ ОРУ	1	5	5 баллов: выставляется студенту, если при демонстрации упражнения использует спортивную правильную терминологию, правилен алгоритм показа упражнения, двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко, даны четкие методические указания, использует «зеркальный показ». 4 балла: выставляется студенту, если при демонстрации упражнения использует незначительные неточности в использовании спортивной терминологии, правилен алгоритм показа упражнения, двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений, допущено не более двух незначительных ошибок; даны не четкие	зачет

					<p>методические указания, использует «зеркальный показ».</p> <p>3 балла: выставляется студенту, если при демонстрации упражнения использует неточности в использовании спортивной правильной терминологии и алгоритм показа упражнения, двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению; даны не четкие методические указания, отсутствует «зеркальный показ».</p> <p>2 балла: выставляется студенту, если при демонстрации упражнения нарушен алгоритм подачи упражнения, использована неправильная спортивная терминология; движения или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных (грубых) ошибок; отсутствуют методические указания, не использует «зеркальный показ».</p> <p>1 балл: грубые ошибки в "показе " упражнения.</p> <p>0 баллов: не смог показать упражнение.</p>		
6	8	Текущий контроль	Задание 3	2	10	<p>9-10 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, представлена характеристика элементов в краткой форме; присутствует наличие обобщающего характера изложения информации.</p> <p>7-8 баллов: выставляется студенту, если: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; выполнен правильный отбор информации, установлена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации.</p> <p>5-6 баллов: оформление и содержание таблицы соответствует требованиям к оформлению; не выполнен правильный отбор информации, нарушена логичность структуры таблицы; представлена характеристика элементов не в краткой форме; отсутствует наличие обобщающего характера изложения информации.</p> <p>3-4 балла: выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит</p>	зачет

						материал не по вопросу. 1-2 баллов: работа содержит материал не по вопросу.	
7	8	Текущий контроль	Задание 4	2	5	5 баллов: информация отображена верно, в полном объеме, дана полная характеристика форм физического воспитания, таблица заполнена аккуратно, приведены правильные примеры; работа выполнена своевременно. 4 балла: таблица содержит 1-2 неточности или недостаточно полная информация по отдельным пунктам таблицы; работа выполнена своевременно. 3 балла: таблица выполнена неаккуратно, содержит многочисленные неточности, но работа выполнена своевременно. 2 балла: таблица выполнена небрежно, имеются многочисленные ошибки, информация отображена неверно, работа выполнена с опозданием. 1 балл: работа содержит материал не по вопросу и представлена с опозданием. 0 баллов: работа не выполнена.	зачет
8	8	Промежуточная аттестация	Зачет вопросы	-	5	Зачтено: выставляется студенту, который освоил все разделы, вынесенные на зачет. Дополнительным условием получения оценки «зачтено» могут стать хорошие успехи при изучении дисциплины и систематическая активная работа на практических занятиях. Не зачтено: выставляется студенту, который не освоил хотя бы один раздел .	зачет
9	9	Текущий контроль	Положение	2	5	9-10 баллов: представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; выполнен и представлен правильный отбор необходимой информации. 7-8 баллов: представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; не достаточно точно представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; выполнен и представлен не достаточно правильный отбор необходимой информации. 5-6 баллов: не представлена собственная точка зрения при раскрытии предложенной темы; слабо представлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт; не четко выполнен и представлен отбор необходимой	экзамен

						<p>информации. 3-4 балла: не представлена собственная точка зрения; аргументация своего мнения слабо связана с раскрытием предложенной темы; не выполнен и не представлен отбор необходимой информации. 1 балл: работа содержит материал не по вопросу. 0 баллов: работа не выполнена.</p>	
10	9	Текущий контроль	Комплекс упр и игр	2	10	<p>9-10 баллов: комплекс состоит из упражнений и игр, не менее 90-100% , работа выполнена своевременно. 7-8 баллов: комплекс состоит из упражнений и игр не менее 70-80%, работа выполнена своевременно. 5-6 баллов: комплекс состоит из упражнений и игр не менее 50-60%, , работа выполнена с опозданием. 3-4 балла: комплекс состоит из упражнений и игр не менее 40%, работа выполнена с опозданием. 1-2 балла: работа выполнена формально 0 баллов: работа не выполнена.</p>	экзамен
11	9	Текущий контроль	Проведение ФОР	1	5	<p>5 баллов: конспект составлен по плану, самостоятельно составленное содержание внеурочного спортивного мероприятия, соблюдается логичность, последовательность запланированного мероприятия, использована правильная спортивная терминология, прописаны различные виды деятельности учителя и ученика, использованы различные приемы активизации, аккуратное внешнее оформление работы, работа выполнена в срок. 4 балла: конспект составлен по плану, самостоятельно составленное содержание внеурочного спортивного мероприятия, соблюдается логичность, последовательность запланированного мероприятия, использована правильная спортивная терминология, не прописаны различные виды деятельности учителя и ученика, мало использованы различные приемы активизации, аккуратное внешнее оформление, работа выполнена в срок. 3 балла: наблюдается отклонение от плана, нарушена логичность, некоторые вопросы раскрыты не полностью, есть недочеты в использовании спортивной терминологии, ошибки во внешнем оформлении, не полностью прописана деятельности учителя и ученика, удовлетворительное внешнее оформление, работа представлена с опозданием.</p>	экзамен

						2 балла: тема не раскрыта, не прописаны задачи, деятельность учителя и ученика, ошибки в использовании спортивной терминологии, неудовлетворительное внешнее оформление, работа представлена с опозданием. 1 балл: работа содержит грубые ошибки или представлен материал не по заданию, работа представлена с опозданием. 0 баллов: задание не выполнено.	
12	9	Текущий контроль	УП	1	5	5 баллов: соблюдены все требования, предъявленные к творческому заданию, автор проявил самостоятельность и творческий подход при изложении материала, использовал научные положения и рекомендации. 4 балла: соблюдены не все требования, предъявленные к оформлению творческого задания, при этом автор проявил самостоятельность и творческий подход, использовал необходимую литературу. 3 балла: соблюдены не все требования, предъявленные к заданию, изложенный материал недостаточно аргументирован. 1-2 балла: творческое задание выполнено формально, без учета научных положений и рекомендаций. 0 баллов: работа не выполнена.	экзамен
15	9	Текущий контроль	Составить тест	2	10	9-10 баллов: тест состоит не менее 100% заданий, по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 7-8 баллов: тест состоит из определенного количества заданий, 20% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен точно по образцу. 5-6 баллов: тест состоит из меньшего количества заданий, 40% заданий не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу. 3-4 балла: тест состоит из меньшего количества заданий, не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу. 1-2 балла: тест состоит из заданий, не по темам, указанных преподавателем, тест составлен не по образцу. 0 баллов: тест не составлен	экзамен
17	9	Текущий контроль	Тестирование	2	20	Тест содержит 20 вопросов. Время выполнения - 20 минут. Количество попыток 2. Максимальная оценка - 20 баллов. Оценка: "отлично" - 18-20 баллов; "хорошо" - 16-17 баллов; "удовлетворительно" - 12-15 балла; "неудовлетворительно" - меньше 12	экзамен

						баллов.	
18	9	Промежуточная аттестация	Экзамен Вопросы к экзамену	-	5	<p>Отлично: материал излагается последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка и в полном объеме, дается правильное определение основных понятий, их характеристика, прослеживаются причинно-следственные связи; обосновываются свои суждения, прослеживается способность применения знаний на практике.</p> <p>Хорошо: ответ соответствует тем же требованиям, что и отметка «отлично», но допускаются 1–2 ошибки, которые сам студент и исправляет, и 1–2 недочета в последовательности и языковом оформлении излагаемого материала.</p> <p>Удовлетворительно: обнаруживается знание и понимание основных положений, но материал излагается неполно и непоследовательно, допускаются неточности в определениях понятий.</p> <p>Неудовлетворительно: обнаружено незнание большей части соответствующего вопроса, допускаются ошибки в формулировках определений, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагается материал .</p>	экзамен

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Студент вправе прийти на зачет для улучшения своего рейтинга. В этом случае оценивание учебной деятельности обучающихся по дисциплине производится на основании рейтинга, который рассчитывается как сумма рейтинга за текущий контроль, умноженного на 0,6 и рейтинга, полученного за ответ на зачете (промежуточная аттестация), умноженного на 0,4. Преподаватель проводит мероприятие промежуточной аттестации в форме зачета- ответы на вопросы. В аудитории, где проводится зачет, должно одновременно присутствовать не более 6 – 8 студентов. Каждый студент получает вопросы и готовится в течение 10-15 минут. При неправильном ответе студенту могут быть заданы уточняющие или новые вопросы из этой темы. Тема считается освоенной, если студент смог ответить на 65% вопросов, заданных по этой теме.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
экзамен	Итоговый рейтинг обучающегося может формироваться на основании только текущего контроля, путем сложения рейтинга за полученные оценки за контрольно-рейтинговые	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

	литература	библиотечная система издательства Лань	совершенствование : учебно-методическое пособие / Т. С. Гришина. — Воронеж : ВГИФК, 2019. — 239 с. https://e.lanbook.com/book/140332
2	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Джаубаев, Ю. А. Теория спортивной тренировки : учебное пособие / Ю. А. Джаубаев. — 2-е изд. перераб. и доп. — Карачаевск : КЧГУ, 2010. — 263 с. https://e.lanbook.com/book/162006
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Инновации и традиции в современном физкультурном образовании : материалы конференции / составитель Т. К. Ким. — Москва : МПГУ, 2019. — 397 с. https://e.lanbook.com/book/125160
4	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Криживецкая, О. В. Фитнес. Основы спортивно-оздоровительной тренировки : учебное пособие / О. В. Криживецкая. — Омск : СибГУФК, 2018. — 120 с. https://e.lanbook.com/book/142481
5	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Подвижные игры в физическом воспитании : учебно-методическое пособие / составители И. В. Ветрова [и др.]. — Красноярск : КГПУ им. В.П. Астафьева, 2019. — 426 с. https://e.lanbook.com/book/167672

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)
3. ФГАОУ ВО "ЮУрГУ (НИУ)"-Портал "Электронный ЮУрГУ" (<https://edu.susu.ru>)(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

1. -База данных rolpred (обзор СМИ)(бессрочно)

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Зачет, диф. зачет	101 (6)	Основное оборудование, рабочее место.
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Экзамен	101 (6)	Основное оборудование, рабочее место.
Практические занятия и семинары	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП.
Самостоятельная работа студента		Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет