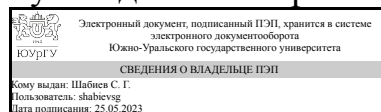


# ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



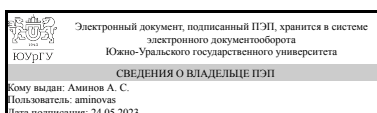
С. Г. Шабиев

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.Ф.05.М7.02 Спортивно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные технологии  
для направления 07.03.01 Архитектура  
уровень Бакалавриат  
форма обучения очная  
кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

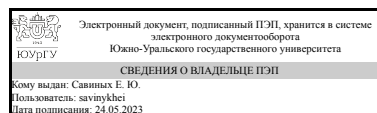
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 07.03.01 Архитектура, утверждённым приказом Минобрнауки от 08.06.2017 № 509

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



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



Е. Ю. САВИНИХ

## 1. Цели и задачи дисциплины

Цель: освоение студентами теоретических знаний, формирование практических умений и навыков в области организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы. Задачи: обеспечить формирование теоретических знаний в области технологий физкультурно-оздоровительной деятельности обучить алгоритмам разработки, модификации и проведения технологии физкультурно-оздоровительной деятельности в зависимости от конкретных задач (образовательных, воспитательных, развивающих и оздоровительных) формировать методические умения и навыки планирования и проведения занятий с использованием технологий физкультурно-оздоровительной деятельности применительно к лицам различных возрастных категорий; формировать умения и навыки осуществления контроля в процессе физкультурно-оздоровительной деятельности.

## Краткое содержание дисциплины

Цель, задачи, объект и предмет дисциплины. Классификации физических упражнений. Подходы к классификации технологий физкультурно-оздоровительной деятельности. Технологии физкультурно-спортивной деятельности. Характеристика западных оздоровительных технологий: аэробики и ее видов, пилатеса, ритмической гимнастики, шейпинга, бодибилдинга, стретчинга, калланетики. Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств. Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, самомассажа, систем оздоровления.

## 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: "Знает: Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий Умеет: Умеет: формулировать задачи, подбирать соответствующие оздоровительные технологии для решения поставленных задач Имеет практический опыт: Имеет практический опыт: использования технологий для проведения тестирования различных показателей (физического развития и двигательной активности), разработки программ, составления паспортов здоровья
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	Знает: "Знает: способы реализации при решении профессиональных задач " Умеет: " Умеет: осуществлять личностный выбор в различных профессиональных и морально-ценностных ситуациях, оценивать последствия принятого решения и нести за него ответственность " Имеет практический опыт: -

## 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
<p>1.Ф.05.М19.01 Основы судебно-экспертной деятельности,  1.Ф.05.М6.01 Основы лингводидактики,  1.Ф.05.М5.01 Кросс-культурная коммуникативистика,  1.Ф.05.М9.01 Организационное поведение и лидерство,  1.Ф.05.М7.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры,  1.Ф.05.М16.01 Основы VR-коммуникаций,  1.Ф.05.М12.01 Социокультурные аспекты международных коммуникаций и этика переводческой деятельности,  1.Ф.05.М1.01 Метод тематического картографирования для исследования процессов и явлений,  1.Ф.05.М10.01 Активные виды туризма,  1.Ф.05.М4.01 Основы дизайна,  1.Ф.05.М3.01 Теория и практика интегрированных коммуникаций,  1.Ф.05.М11.01 Особенности коммуникаций в современной поликультурной среде,  1.Ф.05.М2.01 Антропология цифровых трансформаций,  1.Ф.05.М14.01 Методология и методы социологических исследований,  1.Ф.05.М15.01 Основы таможенного дела и внешнеэкономической деятельности,  1.Ф.05.М13.01 Социальная квалиметрия, оценка качества и стандартизация услуг,  1.Ф.05.М18.01 Фактчекинг: технология фейковых новостей,  1.Ф.05.М8.01 Введение в педагогическую деятельность,  1.О.13 Информатика,  1.Ф.05.М17.01 Основы управления трудовыми ресурсами</p>	<p>1.Ф.05.М11.03 Методика преподавания социально-политических дисциплин,  1.Ф.05.М12.03 Деловая корреспонденция на иностранном языке,  1.Ф.05.М9.03 Технологии формирования делового имиджа и межличностная коммуникация,  1.Ф.05.М7.03 Организация спортивно-массовых мероприятий,  1.Ф.05.М2.03 Цифровизация и критическое мышление,  1.Ф.05.М1.03 Приложения и практика геоанализа данных,  1.Ф.02 Авторское право в проектно-творческой деятельности,  1.О.32 Нормативно-техническая документация в архитектурном проектировании,  1.О.27 Экономика архитектурных решений и строительства,  1.Ф.05.М17.03 Эффективность трудовых ресурсов,  1.Ф.05.М18.03 Медиаграмотность в эпоху цифровых технологий,  1.Ф.05.М4.03 История искусства и дизайна,  1.Ф.05.М5.03 Риторика в контексте разноязычных лингвокультур,  1.Ф.05.М8.03 Основы педагогического мастерства,  1.Ф.05.М19.03 Экспертные исследования документов,  1.Ф.05.М15.03 Международная таможенная логистика,  1.Ф.05.М3.03 Разработка программы продвижения бренда,  1.Ф.05.М10.03 Технология проектирования спортивно-оздоровительных услуг,  1.Ф.05.М14.03 Маркетинговые исследования и стратегическое планирование,  1.О.21 Архитектурное материаловедение,  1.Ф.05.М13.03 Правовое обеспечение социальной работы,  1.Ф.05.М6.03 Практикум по обучению иностранным языкам,  1.О.25 Архитектурная физика,  1.Ф.05.М16.03 Продакшн: съемочный процесс и VR-технологии</p>

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

Дисциплина	Требования
1.Ф.05.М9.01 Организационное поведение и	Знает: технологии лидерства и

лидерство	командообразования; особенности и проблемы подбора эффективной команды; условия эффективной командной работы; теории и стили лидерства, стили руководства в зависимости от деловых ситуаций; основы стратегического управления человеческими ресурсами Умеет: определять стиль управления и оценивать эффективность руководства командой; выработать командную стратегию и на ее основе организовать отбор членов команды для достижения поставленных целей; владеть технологией реализации основных функций управления Имеет практический опыт: планирования и организации работы в команде, распределения поручений и делегирования полномочий членам команды; организации и управления командным взаимодействием в решении поставленных целей
1.Ф.05.М19.01 Основы судебно-экспертной деятельности	Знает: теоретические основы экспертологии, традиционных криминалистических экспертиз, особенности назначения и производства экспертиз отдельных видов; Умеет: применять современные методы и возможности судебных экспертиз; - Имеет практический опыт: применения полученных знаний в области судебной экспертологии; классификации судебных экспертиз на роды и виды;
1.Ф.05.М17.01 Основы управления трудовыми ресурсами	Знает: "основные понятия и категории трудового права; определение HR-цикла; технологии планирования, набора и отбора персонала; методы оценки результатов трудовой деятельности. " Умеет: "правильно толковать законы и иные нормативные правовые акты; их параметры в условиях имеющихся ресурсных ограничений; решать управленческие задачи в области планирования, набора и отбора персонала; применять методы оценки результатов трудовой деятельности." Имеет практический опыт: "подготовки базовых документов правового характера в трудовой деятельности; - определения круга задач и выбора оптимального способа их решения с учетом правовых норм и имеющихся ресурсных ограничений в области технологии планирования, набора и отбора персонала; - применения современного инструментария оценки результатов трудовой деятельности."
1.Ф.05.М13.01 Социальная квалиметрия, оценка качества и стандартизация услуг	Знает: современные концепции социальной квалиметрии, методы оценки качества и стандартизации социальных услуг Умеет: анализировать современные концепции социальной квалиметрии и применять методы оценки качества и стандартизации социальных услуг Имеет практический опыт: использования современных концепций социальной квалиметрии и методы оценки качества и

	стандартизации социальных услуг
1.Ф.05.М18.01 Фактчекинг: технология фейковых новостей	<p>Знает: специфику фейковой информации, а также этапы и методы создания фейковых новостей</p> <p>Умеет: анализировать технологии распространения фейковых новостей</p> <p>Имеет практический опыт: проверки информации с точки зрения ее достоверности</p>
1.Ф.05.М2.01 Антропология цифровых трансформаций	<p>Знает: Специфику социального и индивидуального применения цифровых технологий, особенности воздействия технологических решений и конкретных инноваций на психологические, физиологические, когнитивные функции человека</p> <p>Умеет: анализировать актуальные и потенциальные достоинства и риски применения цифровых технологий, применять прогностический потенциал, мысленное моделирование в ситуации распространения технологических новаций</p> <p>Имеет практический опыт: многопрофильного пользования цифровыми технологиями для реализации исследовательских, информационных и иных задач</p>
1.Ф.05.М3.01 Теория и практика интегрированных коммуникаций	<p>Знает: основные понятия, структуру и законы коммуникации, историю социальной коммуникации, основные модели коммуникации; профессиональные задачи и функции в области рекламы в общественных, государственных и коммерческих структурах, средствах массовой информации; основные запросы и потребности общества и собственного опыта по управлению ситуацией.</p> <p>Умеет: анализировать основные проблемы саморазвития, социальной коммуникации, интегрированных коммуникаций, используя коммуникационные категории; решать профессиональные задачи и совершенствовать профессиональные навыки в области рекламы в общественных, государственных и коммерческих структурах, средствах массовой информации; предвидеть, выявлять и прогнозировать потребности целевых аудиторий; проводить анализ маркетинговой среды предприятия, осуществлять выбор инструментов маркетинга; определять методику оценки эффективности маркетинговых мероприятий; строить стандартные прогнозы в профессиональной деятельности, направленные на удовлетворение общественных потребностей; применять практические навыки при работе с аудиторией</p> <p>Имеет практический опыт: " изучения, анализа и самоорганизации и организации групповой коммуникации; опыт групповой дискуссии; осуществления под контролем профессиональных функций в области рекламы в общественных, государственных и коммерческих структурах, средствах массовой информации;</p>

	<p>выявления ключевых запросов общества, определения потребностей реальных и потенциальных целевых групп; использования инструментов для анализа микро и макросреды; выбора инструментов комплекса маркетинга; использования и анализа эффективности применения маркетинговых технологий; применения современных методик анализа и интерпретации полученных результатов в рамках профессиональной деятельности"</p>
<p>1.Ф.05.М10.01 Активные виды туризма</p>	<p>Знает: Знает: возрастно-половые особенности развития физических качеств и формирования туристических навыков , "Знает: основные понятия и виды активного туризма как формы массовой рекреации Умеет: "Умеет: планировать и проводить основные формы физкультурно-оздоровительных занятий туристической направленности с детьми дошкольного и школьного возрастов, взрослыми людьми с учетом санитарно-гигиенических, климатических, региональных и национальных условий " , "Умеет: выбирать типы и виды активного туризма в соответствии с физическим состоянием и подготовленностью туристов " Имеет практический опыт: "Имеет практический опыт: проведения туристских походов для различных групп людей (дети дошкольного и школьного возрастов, взрослыми людьми различных возрастов)", "Имеет практический опыт: составления и реализации программ спортивно-оздоровительного характера в активных видах туризма"</p>
<p>1.Ф.05.М6.01 Основы лингводидактики</p>	<p>Знает: принципы образования; способы совершенствования деятельности; сущность процессов самоорганизации, саморазвития; современные образовательные технологии для реализации траектории саморазвития , "основы целеполагания; этапы жизненного цикла проектной деятельности; современные приемы, организационные формы и способы решения поставленных задач" Умеет: применять полученные знания в процессе саморазвития и самообразования , применять полученные теоретические знания на каждом этапе проекта для решения задач Имеет практический опыт: владения средствами, приемами и методами реализации деятельности для ее совершенствования в течение всей жизни, владения теоретическими основами целеполагания, способами решения задач на всех этапах проекта</p>
<p>1.Ф.05.М12.01 Социокультурные аспекты международных коммуникаций и этика переводческой деятельности</p>	<p>Знает: культуру и социальное устройство общества в стране изучаемого языка, правила использования этикетных формул в устной и письменной формах профессиональной коммуникации; правила поведения переводчика</p>

	<p>и формулы международного этикета, принятые в различных ситуациях межкультурного профессионального общения Умеет: использовать правила международного этикета переводчика в ситуациях межкультурного делового общения; осуществлять переводческую деятельность в различных ситуациях профессионального общения Имеет практический опыт: использования правил международного этикета; поведения переводчика в различных ситуациях устного и письменного перевода</p>
<p>1.Ф.05.М14.01 Методология и методы социологических исследований</p>	<p>Знает: теоретико-методологические основы проведения эмпирического социологического исследования, практических навыков применения методов Умеет: решать проблему адекватности теоретической концепции эмпирическому уровню исследования Имеет практический опыт: применения методологических, методических и организационных навыков исследовательской деятельности</p>
<p>1.Ф.05.М16.01 Основы VR-коммуникаций</p>	<p>Знает: специфику VR-коммуникации в сфере журналистики, существующие VR-проекты, основные принципы создания VR-проектов, особенности взаимодействия с аудиторией в процессе VR-коммуникации. Умеет: анализировать существующие VR-проекты, определять способы решения задач с учетом имеющихся ресурсов и ограничений Имеет практический опыт: решения поставленных задач в сфере изучения VR-проектов, разработки концепции VR-проектов.</p>
<p>1.Ф.05.М11.01 Особенности коммуникаций в современной поликультурной среде</p>	<p>Знает: правовые нормы, ресурсы и ограничения организации коммуникаций в современной поликультурной среде Умеет: осуществлять коммуникацию в рамках достижения поставленной цели, выбирая оптимальные способы ее организации Имеет практический опыт: эффективной организации коммуникаций в поликультурной среде для решения поставленных задач, соблюдая нормы права и учитывая имеющиеся ресурсы и ограничения</p>
<p>1.Ф.05.М7.01 Спортивные и физкультурно-массовые сооружения и тренажеры</p>	<p>Знает: "Знает: историю строительства спортивных сооружений; классификацию спортивных сооружений; особенности спортивных сооружений для различных видов спорта; состав спортивных сооружений, их габариты, разметку, пропускную способность; правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники; параметры и оборудование различных спортивных объектов; расположение зрительских мест на трибунах; расположение помещений и устройства для судей и прессы", "Знает: о своих ресурсах и их пределах (временных и т.д.), для успешного</p>

	<p>выполнения порученной работы" Умеет: "Умеет: оценивать состояние готовности спортивного оборудования, спортивного сооружения или объекта спорта к проведению соревнований и мероприятий", "Умеет: планировать перспективные цели собственной деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей" Имеет практический опыт: "", -</p>
1.О.13 Информатика	<p>Знает: сущности и значения информации в развитии современного общества, осознанием опасностей и угроз, возникающих в этом процессе, способностью соблюдать основные требования информационной безопасности, защиты государственной тайны, сущность и значение информационно-коммуникационных технологий в развитии современного общества и профессиональной деятельности дизайнера, основные принципы работы современных информационных технологий, сущность и значение информации в развитии современного информационного общества Умеет: использовать основные законы естественнонаучных дисциплин в профессиональной деятельности, получать, хранить и перерабатывать информацию при помощи компьютера как средства управления информацией, работать с традиционными и графическими носителями информации, с информацией в глобальных компьютерных сетях, использовать современные информационные технологии для решения задач профессиональной деятельности, получать, хранить и перерабатывать информацию при помощи компьютера как средства управления информацией, работать с традиционными и графическими носителями информации, с информацией в глобальных компьютерных сетях Имеет практический опыт: применении методов анализа и моделирования, критической оценки, теоретического и экспериментального исследования на всех этапах предпроектного и проектного процессов, использования современных информационных технологий, получения, хранения, переработки информации, навыками работы с компьютером как средством управления информацией</p>
1.Ф.05.М8.01 Введение в педагогическую деятельность	<p>Знает: "Знает: формулирует задачи в соответствии с целью проекта, " Умеет: "Умеет: демонстрирует знание правовых норм достижения поставленной цели в сфере реализации проекта." Имеет практический опыт: "Имеет практический опыт: аргументировано отбирает и реализует различные способы решения задач в рамках цели проекта. "</p>
1.Ф.05.М4.01 Основы дизайна	<p>Знает: "Знает: основные этапы процесса дизайн-проектирования, метод дизайн-мышления, методы активизации поиска идей ", - Умеет:</p>



	<p>"Умеет: изучать контекст в рамках задачи, выделять основные проблемы, генерировать идеи и производить их отбор, создавать прототипы, тестировать их с потребителями",  Умеет: оценивать временные затраты и планировать время при работе над проектом, корректировать процесс работы над проектом, исходя из внешних факторов  Имеет практический опыт: -, -</p>
<p>1.Ф.05.М5.01 Кросс-культурная коммуникативистика</p>	<p>Знает: "основные приемы эффективного управления собственным временем; теоретико-методологические основы саморазвития, самореализации, использования творческого потенциала собственной кросс-культурной коммуникативной деятельности" Умеет: определять приоритеты профессиональной деятельности; планировать самостоятельную кросс-культурную деятельность в решении профессиональных задач  Имеет практический опыт: владения инструментами и методами управления временем при выполнении конкретных задач</p>
<p>1.Ф.05.М1.01 Метод тематического картографирования для исследования процессов и явлений</p>	<p>Знает: основы составления профильной базы данных Умеет: преобразовывать цифровую пространственную информацию тематического содержания  Имеет практический опыт: подготовки информационно-аналитических отчетов и тематических карт на основе пространственной информации, создания новых видов картографических произведений</p>
<p>1.Ф.05.М15.01 Основы таможенного дела и внешнеэкономической деятельности</p>	<p>Знает: основы проектирования внешнеэкономической деятельности предприятия, "основные нормативно-правовые акты по таможенному делу и внешнеэкономической деятельности; - сущность таможенного дела, его роль как инструмента регулирования внешней торговли; - сущность системы таможенно-тарифного регулирования; условия внешнеторгового контракта; - правила оформления документации по внешнеторговому контракту" Умеет: выработать стратегию развития внешнеэкономической деятельности предприятия для достижения целей проекта, "обобщать и систематизировать требования законодательства РФ и требования международных соглашений и договоров к ВЭД; - оценивать эффективность и соответствие документации коммерческих предложений, запросов участников ВЭД; - производить расчеты таможенных платежей: таможенной пошлины, НДС, акциза и сборов за таможенные операции"  Имеет практический опыт: управления проектам по развитию внешнеэкономической деятельности предприятия, "получения и анализа информации о реализации внешнеторговых контрактов; - определения круга участников</p>

	реализации внешнеторгового контракта; - осуществления выбора потенциальных партнёров для заключения внешнеторгового контракта"
--	--

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч., 72,5 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		4	
Общая трудоёмкость дисциплины	144	144	
<i>Аудиторные занятия:</i>	64	64	
Лекции (Л)	32	32	
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32	
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	71,5	71,5	
Подготовка к контрольной работе	13,5	13,5	
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	48	48	
Подготовка к дифференцированному зачету	10	10	
Консультации и промежуточная аттестация	8,5	8,5	
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	диф.зачет	

#### 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теоретико-методические основы технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	16	8	8	0
2	Классификация и характеристика технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	20	10	10	0
3	Общая характеристика оздоровительных видов технологий физкультурно-оздоровительной деятельности	28	14	14	0

##### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1	1	Теоретические основы дисциплины: понятийный аппарат, её предмет, цели и задачи. Связь дисциплины с другими науками	2
2	1	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся физической культурой	2
3	1	Опыт использования мониторинговых технологий в практике физического	2

		воспитания	
4	1	Методические особенности физического воспитания всех возрастных категорий	2
5	2	Классификация и общая характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
6	2	Классификация и характеристика физкультурно-спортивных технологий, преимущественно развивающих отдельные физические качества	2
7	2	Характеристика спортивных игр, их специфические признаки. Классификация спортивных игр. Спортивные игры как средство физического воспитания	2
8	2	Понятия и классификация профессионально-ориентированных видов спортивной и учебно-тренировочной деятельности	2
9	2	Профессионально-ориентированные виды спортивной и учебно-тренировочной деятельности с использованием спецоборудования и инвентаря	2
10	3	Общая характеристика оздоровительных видов технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
11	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: аэробики и ее видов, пилатеса, ритмической гимнастики	2
12	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: шейпинга	2
13	3	Характеристика западных оздоровительных технологий: бодибилдинга, стретчинга, калланетики	2
14	3	Характеристика восточных оздоровительных технологий: йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств	2
15	3	Характеристика отечественных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, самомассажа, системы оздоровления	2
16	3	Особенности реализации технологий физкультурно-спортивной деятельности в физической культуре	2

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1	1	Содержательные основы оздоровительной физической культуры. Научно-методические основы физкультурно-оздоровительной деятельности	2
2	1	Принципы использования физкультурно-оздоровительных технологий у занимающихся разных возрастных групп	2
3	1	Интеграция нетрадиционных средств и физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры занимающихся разных возрастных групп	2
4	1	Основы построения оздоровительной тренировки. Оценка состояния здоровья. Средства коррекции психофизиологического состояния. Критерии выбора средств оздоровительной физической культуры. Компоненты, влияющие на выбор средств оздоровительной физической культуры	2
5	2	Характеристика технологий физкультурно-спортивной деятельности	2
6	2	Характеристика физкультурно-спортивных технологий, преимущественно развивающих отдельные физические качества	2
7	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (бадминтон)	2
8	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (настольный теннис)	2

9	2	Использование спортивных игр в физкультурно-оздоровительной деятельности (волейбол)	2
10	3	Основные принципы проведения оздоровительной тренировки	2
11	3	Методики применения аэробики и ее видов пилатеса, ритмической гимнастики, шейпинга	2
12	3	Методики применения бодибилдинга, стретчинга, калланетики	2
13	3	Методики применения йоги, тай-чи, видов оздоровительных систем на основе единоборств	2
14	3	Разработка формы дневника самоконтроля, паспорта здоровья	2
15	3	Разработка содержания подготовительной части занятия	2
16	3	Разработка положения о проведении физкультурно-спортивного мероприятия	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 контрольной работе	1 ОПУМД №1 с.6-356, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 ЭУМД №1 с. 3-96	4	13,5
Подготовка к практическим занятиям, выполнение практических заданий	1 ОПУМД №1 с.6-460, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 МПСРС №1 с. 2-290, 4 ЭУМД №1 с. 3-96, 5 ЭУМД №2 с. 4-84, 6 ЭУМД №3 с. 3-55, 7 ЭУМД №4 с. 5-148, 8 ЭУМД №5 с. 7-121	4	48
Подготовка к дифференцированному зачету	1 ОПУМД №1 с.6-460, 2 ОПУМД №2 с.10-224, 3 МПСРС №1 с. 2-290, 4 ЭУМД №1 с. 3-96, 5 ЭУМД №2 с. 4-84, 6 ЭУМД №3 с. 3-55, 7 ЭУМД №4 с. 5-148, 8 ЭУМД №5 с. 7-121	4	10

## 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-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	4	Текущий контроль	Анализ технологий физкультурно-спортивной деятельности (контрольная работа)	1	4	Критерии оценивания: 1) находит нужную информацию из множества	дифференцированный зачет

						источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения; 4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	
2	4	Текущий контроль	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности	1	1	За каждый правильно подобранный и выполненный тест 1 балл (10 тестов) за общий правильный вывод - 1 балл	дифференцированный зачет
3	4	Текущий контроль	Разработка конспекта физкультурно-оздоровительного занятия на основе спортивных игр	1	15	Правильное заполнение: Группа занимающихся - 1 балл, Цель - 1 балл, Задачи - 1 балл, Место проведения - 1 балл, Инвентарь - 1 балл, подготовительная часть - 1-3 балла, основная часть - 1-5 баллов, заключительная - 1-2 балла	дифференцированный зачет
4	4	Текущий контроль	Разработка физкультурно-оздоровительного занятия на основе выбранного вида гимнастики	1	15	Правильное заполнение: Группа занимающихся - 1 балл, Цель - 1 балл, Задачи - 1 балл, Место проведения - 1 балл, Инвентарь - 1 балл, подготовительная часть - 1-3 балла, основная часть - 1-5 баллов, заключительная - 1-2 балла	дифференцированный зачет
5	4	Текущий контроль	Разработка формы дневника самоконтроля	1	4	Критерии оценивания: 1) находит нужную	дифференцированный зачет

						информацию из множества источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения; 4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	
6	4	Текущий контроль	Разработка содержания подготовительной части занятия	1	18	Цель основной части занятия соответствует подготовительной части - 1-3 балла, подобраны и описаны 15 упражнений - 1 балл за упражнение	дифференцированный зачет
7	4	Текущий контроль	Составление положения о физкультурно-спортивном мероприятии	1	8	Цель мероприятия - 1 балл, задачи мероприятия - 1 балл, организатор мероприятия - 1 балл, сроки и место проведения - 1 балл, участники мероприятия - 1 балл, программа мероприятия - 1 балл, награждение - 1 балл, порядок и сроки подачи заявок - 1 балл	дифференцированный зачет
8	4	Текущий контроль	Моделирование двигательной деятельности в зависимости от возраста занимающихся и уровня их развития	1	16	По каждому пункту критерии оценивания: 1) находит нужную информацию из множества источников; дает правильный ответ; 2) анализирует и сопоставляет различные аспекты; 3) представляет аргументы и факты для подтверждения собственного мнения;	дифференцированный зачет

					4) делает выводы и умозаключения. Шкала оценивания: 0 баллов – признак отсутствует; 0,5 балла – выполнено частично; 1 балл – выполнено правильно, полностью	
9	4	Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет	-	4	дифференцированный зачет
					4 балла – студент демонстрирует глубокие знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает исчерпывающие ответы на все дополнительные вопросы; проявляет умение логически и творчески мыслить; подтверждает теоретические положения примерами. 3 балла – студент демонстрирует достаточные знания и умения по программе курса, лекционного материала; дает ответы не на все дополнительные вопросы; в целом оперирует причинно-следственными связями; теоретические положения подтверждаются очевидными примерами. 2 балла – ставится при недостаточном умении студента раскрыть тему самостоятельно, неполном ответе на все вопросы билета, недостаточной уверенности в знаниях по изучаемому курсу. 1 балл – студент демонстрирует	

						слабый уровень знаний и умений, обнаруживает незнание большей части материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно излагает материал.	
10	4	Бонус	Участие в научно-практической студенческой конференции с докладом по темам дисциплины	-	15	Документ, подтверждающий участие в студенческой конференции: 1 место - 15 баллов, 2 место - 13 баллов, 3 место - 12 баллов, участие - 10 баллов	дифференцированный зачет

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
дифференцированный зачет	<p>При оценивании результатов учебной деятельности обучающегося по дисциплине используется балльно-рейтинговая система оценивания результатов учебной деятельности обучающихся (Положение о БРС утверждено приказом ректора от 24.05.2019 г. № 179, в редакции приказа ректора от 10.03.2022 г. № 25-13/09).</p> <p>Оценка за дисциплину формируется на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля. Отлично: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 85...100 %.</p> <p>Хорошо: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 75...84 %. Удовлетворительно: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 60...74 %.</p> <p>Неудовлетворительно: Величина рейтинга обучающегося по дисциплине 0...59 %. Если студент не согласен с оценкой, полученной по результатам текущего контроля, студент проходит мероприятие промежуточной аттестации в форме устного опроса. Вопросы к дифференциальному зачету доводятся до сведения студентов заранее. Билет содержит два вопроса. Студент берет случайный билет. Время на подготовку не более 30 минут. В этом случае оценка за дисциплину рассчитывается на основе полученных оценок за контрольно-рейтинговые мероприятия текущего контроля и промежуточной аттестации. Фиксация результатов учебной деятельности по дисциплине проводится в день дифференциального зачета при личном присутствии студента.</p>	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

## 6.3. Паспорт фонда оценочных средств



Компетенции	Результаты обучения	№ КМ									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
УК-2	Знает: "Знает: Теоретико-методические основы физкультурно-оздоровительных технологий	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-2	Умеет: Умеет: формулировать задачи, подбирать соответствующие оздоровительные технологии для решения поставленных задач	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-2	Имеет практический опыт: Имеет практический опыт: использования технологий для проведения тестирования различных показателей (физического развития и двигательной активности), разработки программ, составления паспортов здоровья	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-6	Знает: "Знает: способы реализации при решении профессиональных задач "	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-6	Умеет: " Умеет: осуществлять личностный выбор в различных профессиональных и морально-ценностных ситуациях, оценивать последствия принятого решения и нести за него ответственность "	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
УК-6	Имеет практический опыт: -										+

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

#### а) основная литература:

1. Теория и методика физической культуры Учебник для вузов по специальности 022300 "Физическая культура и спорт" Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева и др.; Под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 2-е изд., испр. - М.: Советский спорт, 2004. - 463 с.
2. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура Учеб. пособие для вузов по специальностям 022500 "Физ. культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья" и 0323 "Адаптив. физ. культура" С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. - 2-е изд., стер. - М.: Советский спорт, 2004. - 238, [1] с.

#### б) дополнительная литература:

1. Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте [Текст] учеб. пособие для вузов по специальности "Физ. культура" Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. - 6-е изд., перераб. - М.: Академия, 2013. - 287, [1] с. ил.

#### в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

#### г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Оздоровительные технологии 21 века Материалы Междунар. науч.-практ. конф., 3-5 дек. 2002 г., г. Челябинск Редкол.: А. П. Исаев (отв. ред.) и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т; Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательство ЮУрГУ, 2002. - 293 с. ил.

#### из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

1. Оздоровительные технологии 21 века Материалы Междунар. науч.-практ. конф., 3-5 дек. 2002 г., г. Челябинск Редкол.: А. П. Исаев (отв. ред.)

и др.; Юж.-Урал. гос. ун-т; Юж.-Урал. гос. ун-т; ЮУрГУ. - Челябинск:  
Издательство ЮУрГУ, 2002. - 293 с. ил.

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Сютина, В. И. Современные инновационные физкультурно-оздоровительные технологии: оздоровительная аэробика, степ-аэробика, футбол-аэробика : учебно-методическое пособие / В. И. Сютина, Я. В. Платонова, К. Э. Сандрос. — Тамбов : ТГУ им. Г.Р.Державина, 2022. — 98 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/331271">https://e.lanbook.com/book/331271</a>
2	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Алаева, Л. С. Основы оздоровительной аэробики : учебное пособие / Л. С. Алаева. — Омск : СибГУФК, 2019. — 88 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/142465">https://e.lanbook.com/book/142465</a>
3	Дополнительная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Назаренко, Н. Н. Технология физкультурно-спортивной деятельности (аэробика) : учебное пособие / Н. Н. Назаренко, С. С. Павлова. — Тольятти : ТГУ, 2018. — 56 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/139752">https://e.lanbook.com/book/139752</a>
4	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Спортивные игры: теория избранного вида спорта / В. П. Овчинников, А. М. Фокин, О. А. Габов [и др.] ; Под ред.: Овчинников В. П.. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 152 с. <a href="https://e.lanbook.com/book/284147">https://e.lanbook.com/book/284147</a>
5	Основная литература	Электронно-библиотечная система издательства Лань	Богомолова, М. М. Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности : учебно-методическое пособие / М. М. Богомолова. — Волгоград : ВГАФК, 2020. — 126 с <a href="https://e.lanbook.com/book/173439">https://e.lanbook.com/book/173439</a>

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
Контроль самостоятельной работы	205 (ДС)	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок, колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр, с выходом в Интернет
Самостоятельная	303	Автоматизированное рабочее место: монитор, системный блок,

работа студента	(6)	колонки, мышь, клавиатура, сетевой фильтр, с выходом в Интернет
Зачет, диф. зачет	302 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Лекции	103 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП
Практические занятия и семинары	302 (6)	Компьютерная техника: монитор, системный блок, проектор потолочного крепления, колонки, экран настенный с электроприводом, мышь, микрофон, клавиатура, пульт, ИБП