

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 24.10.2019 14:31:01
Уникальный программный код:
6b5279da4e034bffa79172803da5b7b559fc69e2

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области
МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ОБЛАСТНОЙ УНИВЕРСИТЕТ
(МГОУ)

Факультет физической культуры
Кафедра спортивных игр и гимнастики

Согласовано управлением организации
и контроля качества образовательной
деятельности

« 31 » 05 2019 г.

Начальник управления

/М.А. Миненкова/

Одобрено учебно-методическим советом

Протокол « 31 » 05 2019 г. № 6

Председатель

/Г.Е. Суслин/



Рабочая программа дисциплины
Физическая культура и спорт

Направление подготовки
44.03.01 Педагогическое образование

Профиль:
Физическая культура

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Согласовано учебно-методической
комиссией факультета физической культуры:

Протокол « 31 » 05 2019 г. № 10

Председатель УМКом

/Е.В. Крякина/

Рекомендовано кафедрой спортивных игр
и гимнастики

Протокол « 8 » 04 2019 г. № 9

Зав. кафедрой

/В.А. Иванов/

Мытищи
2019

Автор-составитель:

Иванов В.А. доцент кафедры спортивных игр и гимнастики, к.п.н.
Лифанова Е.С. преподаватель кафедры спортивных игр и гимнастики.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», профиль "Физическая культура", утверждённого приказом МИНОБРНАУКИ России от 04.12.2015. № 1426.

Дисциплина входит в базовую часть Б1.Б.08 «Дисциплины (модуля)» и является обязательной для изучения.

Год начала подготовки 2016

утвержденного приказом МИНОБРНАУКИ РОССИИ от 04.12.2015. № 1426.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты обучения.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Объем и содержание дисциплины.....	5
4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся.....	7
5. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине.....	8
6. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины.....	20
7. Методические указания по освоению дисциплины.....	21
8. Информационные технологии для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	21
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	22

1. ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

1.1. Цель и задачи дисциплины

Целью освоения дисциплины «Физическая культура и спорт» является повышение уровня общей физической подготовленности студентов средствами и методами базовых видов спорта, а также приобретение необходимых знаний, умений и навыков для формирования общекультурных и профессиональных компетенций бакалавров физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 - «Педагогическое образование», профиль: «Физическая культура».

Задачи дисциплины:

Изучение средств и методов физической подготовки в базовых видах спорта: спортивных играх.

Приобретение компетенций, необходимых для ведения успешной профессиональной деятельности бакалавра физической культуры.

1.2. Планируемые результаты обучения

В результате освоения данной дисциплины у обучающихся формируются следующие компетенции:

ОК 8 - Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность.

ПК 7 - Способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Физическая культура и спорт » входит основную часть Б1.О.08.02. Дисциплины (модули)" программы бакалавриата направления подготовки 44.03.01- «Педагогическое образование» профиль – «Физическая культура» и является обязательной для изучения.

При ее освоении необходимы знания, умения и компетенции, полученные в результате изучения таких дисциплин базового блока, как педагогика, психология.

Приобретенные знания и умения в результате освоения данной дисциплины нужны для прохождения педагогической практики, изучения дисциплин «Теория и методика физической культуры», «Педагогическое физкультурное спортивное совершенствование».

3. ОБЪЕМ И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Объем дисциплины

Показатель объема дисциплины	Форма обучения
	Очная
Объем дисциплины в зачетных единицах	3
Объем дисциплины в часах	108
Контактная работа:	60,2
Лекции	12
Практические занятия	48
Контактные часы на промежуточную аттестацию:	0,2
Зачет/зачет с оценкой	0,2
Самостоятельная работа	40
Контроль	7,8

Формой промежуточной аттестации является зачет 2 семестре,

3.2.Содержание дисциплины

По очной форме обучения

Наименование разделов (тем) Дисциплины с кратким содержанием	Кол-во час	
	Лекции	Практические занятия
1	2	3
Раздел 1. Развитие силовых способностей	2	10
Тема 1. Развитие силовых способностей средствами базовых видов спорта	1	8
Тема 2. Контроль уровня силовой подготовленности.	1	2
Раздел 2. Развитие общей выносливости	2	10
Тема 1. Развитие общей выносливости средствами базовых видов спорта	1	8

Тема 2. Контроль уровня развития общей выносливости.	1	2
Раздел 3. Развитие быстроты	2	8
Тема 1. Развитие быстроты и скоростно-силовых способностей средствами базовых видов спорта	1	6
Тема 2. Контроль уровня развития быстроты и скоростно-силовых способностей.	1	2
Раздел 4. Методика развития гибкости	2	8
Тема 1. Средства и методы развития активной и пассивной гибкости	1	6
Тема 2. Контроль уровня развития гибкости.	1	2
Раздел 5. Развитие координационных способностей	2	8
Тема 1. Средства и методы развития общих и специальных координационных способностей	1	6
Тема 2. Контроль уровня развития общих и специальных координационных способностей	1	2
Раздел 6. Проведение подготовительных, контрольных и переводных соревнований	2	4
Тема 1. Модельные характеристики ОФП спортсменов в базовых видах спорта	1	2
Тема 2. Тестирование физической подготовленности в базовых видах спорта.	1	2
Итого	12	48

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Темы для самостоятельного изучения	Изучаемые вопросы	Количество часов	Формы самостоятельной работы	Методические обеспечения	Формы отчетности
Использование подвижных игр при обучении в избранной спортивной дисциплине	Игры для формирования тактического мышления	8	Подбор сюжетных и бессюжетных игр по заданию преподавателя.	Лит. источники 1,3,6	План-конспект УТЗ. Самостоятельное проведение УТЗ.

			Составление плана-конспекта УТЗ.		
	Игры для формирования быстроты принятия решения	8	Подбор сюжетных и бессюжетных, командных и не командных игр по заданию преподавателя. Составление плана-конспекта УТЗ.	Лит. Источники 1,2,5	План-конспект УТЗ. Самостоятельное проведение УТЗ.
	Игры для формирования выбора принятия решения	8	Подбор сюжетных и бессюжетных, командных и не командных игр по заданию преподавателя. Составление плана-конспекта УТЗ.	Лит. Источники 1,5,6	План-конспект УТЗ. Самостоятельное проведение УТЗ.
Совершенствование технико-тактических действий	Групповые и командные действия в защите и нападении	8	Написание реферата по технико-тактическим действиям	Лит. источники 1,4,5,6	Реферат по технико-тактическим действиям
планы-конспекты учебно-тренировочных занятий	составление планов-конспектов учебно-тренировочных занятий и планов тренировочных микроциклов, картотек	4	По заданию преподавателя. Составление плана-конспекта УТЗ. Подготовка к письменному опросу.	Лит. источники 1,4,5,6	План-конспект УТЗ. Письменный ответ.
педагогические наблюдения	проведение педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью и её регистрация	2	Подготовка докладов.	Лит. источники. 1,4,5,6,7	Доклад. Устный ответ.

Организация работы в избранной спортивной дисциплине	Особенности организации и методического обеспечения работы в избранной спортивной дисциплине в общеобразовательной школе, дошкольных учреждениях, спортивно-оздоровительных лагерях, в высшей и средней профессиональной школе. Организация самостоятельных занятий в избранной спортивной дисциплине. Праздники, массовые мероприятия	2	Использование специальной терминологии. Требования к демонстрации рабочих жестов. написание реферата о соревнованиях в избранной спортивной дисциплине.	Лит. Источники 1,2,9	Реферат о соревнованиях в избранной спортивной дисциплине
Итого:		40			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

5.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
ОК 8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.
ПК 7 способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.

инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности	
---	--

5.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
ОК 8 готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: основные положения физического воспитания; основные требования к физическому состоянию человека; здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма; основные методы и средства физической культуры; Уметь: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности; самостоятельно использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной деятельности; включать релевантные физические нагрузки и тренировки в свой распорядок дня; выполнять комплексы упражнений, а также иные типы физической активности для укрепления собственного здоровья	Текущий контроль: Устный, письменный ответ, доклад, реферат, план-конспект УТЗ. Промежуточная аттестация – Зачет.	41-60 баллов
	Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: основные положения физического воспитания; основные требования к физическому состоянию человека; в полной мере о методах и технологиях физической культуры Уметь: в полной мере самостоятельно использовать методы и средства	Текущий контроль: Устный, письменный ответ, доклад,	61-100 баллов

			физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; включать релевантные физические нагрузки и тренировки в свой распорядок дня; выполнять комплексы упражнений, а также иные типы физической активности для укрепления собственного здоровья Владеть: эффективно использовать навыки практик физической культуры в собственной социальной деятельности ; способностью демонстрировать навыки использования практик физической культуры в профессиональной деятельности; основами знаний норм здорового образа жизни в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности; методами укрепления физического и психологического равновесия	реферат, план-конспект УТЗ. Промежуточная аттестация – Зачет.	
ПК 7 способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность , самостоятельно обучать обучающихся, развивать их творческие способности	Пороговый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. Уметь: - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической	Текущий контроль: Устный, письменный ответ, доклад, реферат, план-конспект УТЗ. Промежуточная аттестация – Зачет.	41-60 баллов

			и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры.		
Продвинутый	1. Работа на учебных занятиях. 2. Самостоятельная работа.	Знать: - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности. Уметь: - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры. Владеть: - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации	Текущий контроль: Устный, письменный ответ, доклад, реферат, план-конспект УТЗ. Промежуточная аттестация – Зачет.	61-100 баллов	
Итого					100 б

Шкала оценивания: Пороговый уровень оценивания компетенций: 41-60 баллов;

Продвинутый уровень оценивания компетенций: 61-100 баллов.

Критерий оценивания устных ответов.

Оценка	Требования к критерию
5	- полно излагает изученный материал, дает правильное определение языковых понятий; - обнаруживает понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только по учебнику, но и самостоятельно составленные; - излагает материал последовательно и правильно
4	дает ответ, удовлетворяющий тем же требованиям, что и для оценки «5», но допускает 1-2 ошибки, которые сам же исправляет, и 1-2 недочета в последовательности излагаемого.
3	обнаруживает знание и понимание основных положений данной темы, но: - излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил; - не умеет достаточно глубоко и доказательно обосновать свои суждения и привести свои примеры; - излагает материал непоследовательно
2	обнаруживает незнание большей части соответствующего раздела изучаемого материала, допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл, беспорядочно и неуверенно излагает материал. Оценка «2» отмечает такие недостатки в подготовке студента, которые являются серьезным препятствием к успешному овладению последующим материалом.

За один устный опрос студент может набрать:

максимально 1 балл, если работа выполнена на оценку «5»

0.5 балла- «4»

0.25 балла – «3»

0 баллов- «2»

Критерии оценивания письменных ответов.

Оценка	Критерии оценивания
«5»	Содержание работы полностью соответствует теме; фактические ошибки отсутствуют; содержание излагается последовательно
«4»	Содержание работы в основном соответствует теме; имеются единичные фактические неточности; имеются незначительные нарушения последовательности в изложении мыслей.
«3»	В работе допущены существенные отклонения от темы; работа достоверна в главном, но имеются фактические неточности; допущены отдельные нарушения последовательности изложения.
«2»	не раскрыта тема, не соответствует плану, свидетельствует о поверхностном знании материала, без выводов и обобщений

За один письменный опрос студент может набрать:

максимально 1 балл, если работа выполнена на оценку «5»

0.5 балла - «4»

0.25 балла - «3»

0 баллов - «2»

Критерии оценивания докладов

№ п/п	Оцениваемые параметры	Оценка в баллах
1.	Качество доклада: - производит выдающееся впечатление, сопровождается иллюстративным материалом; четко выстроен; рассказывается, но не объясняется суть работы; - зачитывается.	3 2 1 0
2.	Использование демонстрационного материала: - автор представил демонстрационный материал и прекрасно в нем ориентировался - использовался в докладе, хорошо оформлен, но есть неточности; - представленный демонстрационный материал не использовался докладчиком или был оформлен плохо, неграмотно.	2 1 0
3.	Качество ответов на вопросы: - отвечает на вопросы; - не может ответить на большинство вопросов; - не может четко ответить на вопросы.	3 2 1
4.	Владение научным и специальным аппаратом: - показано владение специальным аппаратом; - использованы общенаучные и специальные термины; - показано владение базовым аппаратом.	3 2 1
5.	Четкость выводов: - полностью характеризуют работу; - нечетки; - имеются, но не доказаны.	3 2 1
Итого максимальное количество баллов:		14

Оценка «5» - от 11 до 14 баллов, что соответствует 3 баллам общей аттестации за доклад

Оценка «4» - от 8 до 10 баллов, что соответствует 2 баллам общей аттестации за доклад

Оценка «3» - от 4 до 7 баллов, что соответствует 1 баллу общей аттестации за доклад

Оценка «2» - менее 4 баллов, что соответствует 0 баллам общей аттестации за доклад

Критерии оценивания реферата

Критерии	Показатели
1. Новизна реферированного текста Макс. - 4 балла	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.
2. Степень раскрытия сущности проблемы Макс. - 6 баллов	- соответствие плана теме реферата; - соответствие содержания теме и плану реферата; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал;

	- умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.
3. Обоснованность выбора источников Макс. - 4 балла	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).
4. Соблюдение требований к оформлению Макс. - 3 балла	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему реферата; - культура оформления: выделение абзацев.
5. Грамотность Макс. - 3 балла	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.

5.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

Подтверждением сформированности у студента оцениваемых компетенций является промежуточная аттестация.

Оценка сформированности компетенций осуществляется по результатам:

- оценка преподавателем выполненных студентами работ;
- анализа подготовленных студентами рефератов;
- устного опроса при сдаче выполненных индивидуальных заданий (для выявления знания и понимания теоретического материала дисциплины);
- экспертная оценка преподавателем техники изученных основных и специально-подготовительных упражнений;
- выполнение контрольных нормативов.

Текущий контроль и итоговый контроль результатов изучения дисциплины осуществляется в соответствии с технологической картой дисциплины.

Технологическая карта по дисциплине «Физическая культура»

№ п/п	ФИО студента	Виды учебной деятельности					
		Аудиторная работа			СРС		Аттестация
		Аудиторные занятия (посещение) 1-25 б.	Оценка за технику выполнения мини-упражнений 1-4/5	Оценка за выполнение контрольных нормативов 1-15б.	Подготовка Положения о соревнованиях 5 б.	Реферат (презентация) 1-5 б.	Подготовка плана-конспекта 1-5 б.
							Подготовка комплексов специальных упражнений
							Зачет 1-30б.

Примерные вопросы для зачета.

1. Развитие силовых способностей средствами базовых видов спорта
2. Развитие общей выносливости
3. Развитие общей выносливости средствами базовых видов спорта
4. Развитие быстроты
5. Развитие быстроты и скоростно-силовых способностей средствами базовых видов спорта
6. Методика развития гибкости
7. Средства и методы развития активной и пассивной гибкости
8. Развитие координационных способностей
9. Средства и методы развития общих и специальных координационных способностей
10. Развитие силовых способностей
11. Модельные характеристики ОФП спортсменов в базовых видах спорта
12. Тестирование физической подготовленности в базовых видах спорта.
13. Тестирование физической подготовленности
14. Характеристика подготовительных средств в физической культуре.
15. Методика воспитания абсолютной силы
16. Методика воспитания относительной силы
17. Методика воспитания силовой выносливости
18. Методика воспитания скоростных качеств
19. Методика воспитания скоростной выносливости
20. Методика воспитания скоростно-силовых качеств
21. Методика воспитания ловкости
22. Методика воспитания активной гибкости
23. Методика воспитания пассивной гибкости
24. Методика воспитания общей выносливости

Темы рефератов.

1. История развития в избранной спортивной дисциплине за рубежом.
2. История развития в избранной спортивной дисциплине в России.
3. Основы преподавания в избранной спортивной дисциплины на уроках физической культуры.
4. Основы преподавания в избранной спортивной дисциплины в секции школы.
5. Внеклассная работа по в избранной спортивной дисциплине в школе.
6. Судейство соревнований в избранной спортивной дисциплине в школе.
7. Развитие избранной спортивной дисциплины в Московской области.
8. Избранная спортивная дисциплина в ВУЗах Московской области.
9. Подготовительные и подводящие упражнения на занятиях в избранной спортивной дисциплине.
10. ОРУ на занятиях в избранной спортивной дисциплине.
11. Разминка - составная часть занятий в избранной спортивной дисциплине.
12. Структура тренировочного занятия в избранной спортивной дисциплине.
13. Эволюция правил соревнований в избранной спортивной дисциплине.
14. Развитие физических качеств на занятиях в избранной спортивной дисциплине в школе.
15. Обучение техническим приемам на занятиях в избранной спортивной дисциплине в школе.
16. Начальное обучение тактике на занятиях в избранной спортивной дисциплине в школе.
17. Организация соревнований в избранной спортивной дисциплине в ДОЛ.
18. Организация соревнований в избранной спортивной дисциплине по месту жительства.

Примерные вопросы для устных заданий.

1. Основы оздоровительной направленности в занятиях современным фитнес системам.
2. Характеристика функционирования организма при физических нагрузках в Современных фитнес системах.
3. Методы физического воспитания в тренировках спортсменов в Современных фитнес системах.
4. Методы физического воспитания на учебных занятиях в общеобразовательных школах по современным фитнес системам.
5. Учебные и внеучебные формы физического воспитания.
6. Основные понятия и терминология в Современных фитнес системах..

Примерные вопросы для устных заданий.

1. Типичные ошибки в технике Современных фитнес систем (вид).
2. Тактическая подготовка. Структура подготовки (вид).
3. Техническая подготовка. Структура подготовки (вид).
4. Структура обучения двигательным действиям в Современных фитнес системах
5. Методы обучения двигательным действиям в Современных фитнес системах.
6. Общая структура учебных программ в видах спорта.
7. Построение программ макроциклов в видах спорта.
8. Особенности учебных программ по традиционным видам спорта и современным фитнес системам для обучающихся 4-6 классов общеобразовательных школ.
9. Особенности учебных программ по традиционным видам спорта и современным фитнес системам для обучающихся 9-11 классов общеобразовательных школ.
10. Методы обучения двигательным действиям в физическом воспитании.
11. Методические особенности в обучении современным фитнес системам (вид) в общеобразовательных школах.
12. Методические особенности в обучении видам спорта (вид) в ДЮСШ

Темы докладов

1. Методы физического воспитания в тренировках юных спортсменов ..
2. Методы физического воспитания в тренировках квалифицированных спортсменов
3. Основы оздоровительной направленности в занятиях современным фитнес системам.
4. Методы физического воспитания на учебных занятиях по традиционным видам спорта и современным фитнес системам в общеобразовательных школах обучающихся 4-6 классов.
5. Методы физического воспитания на учебных занятиях по традиционным видам спорта и современным фитнес системам в общеобразовательных школах обучающихся 9-11 классов.
6. Адаптация организма к физическим нагрузкам в физическом воспитании.
7. Адаптационные и резервные возможности организма.
8. Общая характеристика функционирования организма при физических нагрузках.в Современных фитнес системах
9. Учебные и внеучебные формы занятий современным фитнес системам.
10. Основы культуры речи.
11. Выразительные средства в словесном методе обучения двигательным действиям в Современных фитнес системах .
12. Этикет и речь.
13. Учебно-методическая речь в профессиональной деятельности преподавателя по физической культуре.
14. Методы овладения речевой профессиональной культурой преподавателям по физической культуре..
15. Методы и средства физического воспитания в подготовки в Современных фитнес системах.
16. Методы и средства спортивной тренировки в подготовки в обучающихся.

17. Методика проведения занятий по традиционным видам спорта и современным фитнес системам с обучающимися 4-6 классов общеобразовательных школ.
18. Методика проведения занятий по традиционным видам спорта и современным фитнес системам с обучающимися 9-11 классов общеобразовательных школ.
19. Современные методики в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов.
20. Технология разработки тематического планирования в образовательных учреждениях дополнительного образования по современным фитнес системам.
21. Технология разработки тематического планирования в центрах образования по современным фитнес системам.
22. Технология разработки тематического планирования для секционных занятий в летних оздоровительных лагерях по современным фитнес системам.
23. Методы и средства физического воспитания.
24. Методы и средства спортивной тренировки.
25. Методика проведения занятий с обучающимися 4-6 классов общеобразовательных школ по современным фитнес системам.
26. Методика проведения занятий с обучающимися 9-11 классов общеобразовательных школ по современным фитнес системам.
27. Современные методики в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов в спорте (вид).
28. Современные методики в учебно-тренировочном процессе юных спортсменов в спорте (вид) групп начальной подготовки ДЮСШ.
29. Современные методики в учебно-тренировочном процессе в спорте (вид) в учебно-тренировочных группах ДЮСШ.
30. Современные методики в учебно-тренировочном процессе в спорте (вид) групп спортивного совершенствования ДЮСШ.
31. Современные методики в учебно-тренировочном процессе в спорте (вид) квалифицированных спортсменов.
32. Технология подготовки в спорте (вид).

Структура реферата:

Введение.

2. Основная часть.

3. Заключение.

4. Библиографический список.

Текст реферата пишется в соответствии с разработанным планом.

Во введении дается обоснование выбора темы, обозначаются ее профессиональная, социальная и личностная значимость. Объем Введения - не более одной страницы.

Основная часть посвящается обзору учебной и научной литературы по избранной теме. В основной части рассматривается история вопроса, раскрываются соответствующие теме понятия, освещаются различные подходы, определяются место и роль изученных психологических или педагогических фактов и закономерностей в жизни и профессиональной деятельности.

Как правило, основная часть состоит из нескольких глав, в которых выделяют параграфы и, в случае необходимости, пункты. Объем основной части - 8-10 страниц.

В заключении подводятся итоги и содержатся выводы, к которым пришел автор в результате самостоятельно проведенного обзора литературы. Объем этой части реферата не более одной страницы.

Библиографический список включает не менее четырех наименований монографий, книг или статей. Как отмечалось выше, в списке литературы должно быть не более одного наименования учебника. Источники располагаются в алфавитном порядке или в порядке упоминания их в тексте.

Материал излагается своими словами, литературным языком. При изложении необходимо избегать высказываний от первого лица и стремиться использовать косвенные формулировки авторской позиции. Например: по нашему мнению, автор считает, представляется важным, целесообразно отметить и т. д.

В тексте обязательны ссылки на использованную литературу. Ссылки приводятся в квадратных скобках сразу после текста, к которому относятся, с указанием порядкового номера источника в списке литературы и страницы. Например: Л.С. Выготский считал, что всякое восприятие имеет свое динамическое продолжение в движении [2, С. 42].

Цитаты приводятся дословно, заключаются в кавычки и сопровождаются квадратными скобками, в которых также указываются порядковый номер источника в библиографическом списке и страница. Допускается оправданное сокращение цитаты. В данном случае пропущенные слова заменяются многоточием. Например: "Социальные формы поведения сложнее, становясь индивидуальными, они снижаются до функционирования по более простым законам" [2, С. 16].

При проверке реферата преподавателем оцениваются:

- Знания и умения на уровне требований стандарта конкретной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей.
- Характеристика реализации цели и задач исследования (новизна и актуальность поставленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительность выводов).
- Степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, логичность и последовательность изложения материала, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, широта кругозора автора, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению).
- Качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов).
- Использование литературных источников.
- Культура письменного изложения материала.
- Культура оформления материалов работы.

5.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Название компонента	Распределение баллов
Посещение	До 25 баллов
Конспект	До 5 баллов
Устный опрос	До 5 баллов
Письменный опрос	До 5 баллов
Доклад	До 10 баллов
Реферат	До 20 баллов
Зачет	До 30 баллов

Практические требования .

Содержание и методика контрольных испытаний по специальной подготовке.

Удары по воротам на точность. Мяч устанавливается на расстоянии 20 м от линии ворот. Произвести удар по мячу любым способом и попасть в ворота верхом. Выполняются 5 ударов. Норматив: не менее трех попаданий в ворота.

Жонглирование мячом. Выполнить 20 ударов ногой (любой частью) без падения мяча на землю. Удары выполняются любым способом и в любой последовательности.

Ведение мяча на 30 м с обводкой 3-х стоек. Старт с линии ворот. Провести мяч 10м, обвести 3 стойки, поставленные на расстоянии 5м друг от друга, и снова провести мяч 10 м. Норматив: выполнить упражнение в течение 6-6,5 секунд с трех попыток.

Ведение мяча 30 м. Произвести ведение мяча на расстояние 30м с обязательным его касанием 5 раз. Норматив: 5,5-6 секунд.

Шкала соответствия рейтинговых оценок пятибалльным оценкам: 100 – 81% - «отлично» (5); 80 – 61% - «хорошо» (4); 60 - 41% - «удовлетворительно» (3); 40 – 21 % - «неудовлетворительно» (2), 20 – 0 % - «необходимо повторное изучение».

Ответ студента на экзамене или зачёте оценивается в % с учетом шкалы соответствия рейтинговых оценок пятибалльным оценкам.

Оценка по 5-балльной системе		Оценка по 100-балльной системе	рейтинговая оценка, оценка по системе ECTS
5	отлично	81 – 100	A
4	хорошо	61 - 80	B
3	удовлетворительно	41 - 60	C
2	неудовлетворительно	21 - 40	D
1	необходимо повторное изучение	0 - 20	E

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Гилленберг, Ю.Ю. Техника и тактика игры в избранной спортивной дисциплине [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.Ю. Гилленберг, И.Ф. Межман. — Самара: Поволжский гос. университет телекоммуникаций и информатики, 2016. — 56 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73840.html>
2. Губа, В.П. Теория и методика в избранной спортивной дисциплине (футзала) [Электронный ресурс]: учебник. — М.: Спорт, 2016. — 200 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65583.html>
3. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр [Электронный ресурс]: учеб. пособие /Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко. — Омск: Сибирский гос. университет физической культуры и спорта, 2017. — 108 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74277.html>
4. Теория и методика футбола [Электронный ресурс]: учебник / В.П. Губа [и др.]. — 2-е изд. — М. : Спорт, 2018. — 624 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74304.html>

5. Теория и методика спортивных игр [Текст]: учебник для вузов / Железняк Ю.Д., ред. - 10-е изд. - М. : Академия, 2017. - 464с.

б) дополнительная литература:

1. Андреев, С.Н. Техника дриблинга и финтов в избранной спортивной дисциплине [Электронный ресурс]: учеб. пособие / С.Н. Андреев, Сирило Кардозо - М. : Спорт, 2016. – 240с. – Режим доступа: <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785906839602.html>
2. Корягина, Ю.В. Комплексный контроль в футболе [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Ю.В. Корягина, В.А. Блинов, Ю.И. Сиренко. - Омск: Издательство СибГУФК, 2012. - 136 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65032.html>
3. Лапшин, О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов [Электронный ресурс]: метод. пособие. - М.: Человек, 2014. - 176 с. - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27607.html>
4. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков [Электронный ресурс].— 2-е изд.— М.: Человек, 2018. — 256 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74305.html>
5. Теория и методика спортивных игр [Текст]: учебник для вузов / Железняк Ю.Д., ред. - 9-е изд. - М.: Академия, 2014. - 464с.
6. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол [Электронный ресурс] / Министерство спорта Российской Федерации - М.: Советский спорт, 2014. – 23с. – Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/sovспорт_0006.html

в) программное обеспечение и интернет-ресурсы:

www.vosmgou.ru- Виртуальная образовательная среда МГОУ
<http://lib.sportedu.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту
<http://www.rsl.ru> - Российская государственная библиотек
<http://www.amfr.ru>-Ассоциация в избранной спортивной дисциплине России
<http://www.rfs.ru>-Российский футбольный союз

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

- 1) Методические рекомендации по организации выполнения и защиты курсовой работы. Авторы-составители Иванов В.А., Лифанова Е.С.
- 2) Методические рекомендации по практическим занятиям. Авторы-составители Иванов В.А., Лифанова Е.С.
- 3) Методические рекомендации “самостоятельная работа студентов”. Авторы-составители Иванов В.А., Лифанова Е.С.

8. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Лицензионное программное обеспечение:

Microsoft Windows

Microsoft Office

Kaspersky Endpoint Security

Информационные справочные системы:

Система ГАРАНТ

Система «КонсультантПлюс»

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- учебные аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованные учебной мебелью, доской;
- помещения для самостоятельной работы, укомплектованные учебной мебелью, персональными компьютерами с подключением к сети Интернет и обеспечением доступа к электронным библиотекам и в электронную информационно-образовательную среду МГОУ;
- помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования, укомплектованные мебелью (шкафы/стеллажи), наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядными пособиями;

Необходимый инвентарь и оборудование для проведения практических занятий: в избранной спортивной дисциплине площадка, спортивное оборудование (в избранной спортивной дисциплине), инвентарь (в избранной спортивной дисциплине мячи, фишки, манишки).