Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин и физического воспитания

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической работе
_____ С.Н. Титов
«25» июня 2021 г.

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Программа учебной дисциплины модуля Физкультурно-спортивная и профессиональная деятельность

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки
44.03.01. Педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы
Физическая культура.

(заочная форма обучения)

Составитель: Швецова Т. В.,
кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин и физического воспитания

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета факультета физической культуры и спорта, протокол от «21» июня 2021 г. № 10

Ульяновск, 2021

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01D77C644FC1E54000000006381D0002
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 19.07.2021 до 19.07.2022

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Программа учебной дисциплины Физкультурно-спортивной и профессиональной деятельности модуля основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы бакалавриата по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (с одним профилем подготовки), направленность (профиль) образовательной программы «Физическая культура», заочной формы обучения.

Дисциплина опирается на результаты обучения, сформированные в рамках школьного курса «Физическая культура» или соответствующих дисциплин среднего профессионального образования, а также ряда дисциплин учебного плана, изученных обучающимися в 1,2,3,4,5,6,7 семестрах: История физической культуры и спорта, Легкая атлетика и методика преподавания, Плавание и методика преподавания, Баскетбол и методика преподавания, Оздоровительные виды гимнастики, Туризм и спортивное ориентирование, Волейбол и методика преподавания, Теория и методика физической культуры и спорта.

Результаты изучения дисциплины являются основой для прохождения практик: Производственная (педагогическая) преподавательская по физической культуре.

1. Перечень планируемых результатов обучения (образовательных результатов) по дисциплине

Целью освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является содействие становлению профессиональной компетентности будущего педагога через формирование целостного представления о роли педагогического физкультурно-спортивного совершенствования в современной образовательной среде и педагогической деятельности на основе овладения их возможностями в решении педагогических задач и понимания рисков, связанных с их применением.

Задачей освоения дисциплины является формирование у студента целостного представления об основных этапах становления педагогического физкультурно-спортивного совершенствования, структуре, об основных категориях, понятиях и методах, о роли и месте физической культуры и спорта в профессиональной подготовке специалиста по физической культуре и спорту, формирование у студентов способности к использованию современных методов и технологий обучения и диагностик в процессе учебной деятельности.

В результате освоения программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» (в таблице представлено соотнесение образовательных результатов обучения по дисциплине с индикаторами достижения компетенций):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессионально й деятельности. УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений	ОР-1 теоретические и методические основы избранного вида спорта	ОР-3 объяснять и демонстрировать основные и вспомогательные	

на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья.	ОР-2 правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности ОР-4 принципы, методы и средства, используемые при проведении занятий в избранном виде спорта	технические элементы избранного вида спорта ОР-5 использовать методы обучения и воспитания с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся в избранном виде спорта	

2. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу:

Номер семестра	Учебные занятия						Форма промежуточной аттестации
	Всего		Лекции, час	Практические занятия, час	Лабораторные занятия, час	Самостоят. работа, час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
9	2	72	-	-	8	58	Зачет (9)
10	2	72	-	-	8	58	Зачет (9)
Итого:	4	144	-	-	16	116	

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1.Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование раздела и тем	Количество часов по формам организации обучения

	Лекционные занятия	Практические занятия	Лабораторные занятия	Самостоятель-ная работа
9 семестр				
Раздел I. Спорт в системе физкультурного образования				
Тема 1. Дисциплина ПФСС в системе профессионального физкультурного образования. Цели, задачи, содержание, организация			2	7
Тема 2. Деятельность педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие их профессионализма				8
Тема 3. Спорт и его роль в обществе, функции, типы и виды спорта, организация спорта на различных уровнях, спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального				8
Тема 4. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований, классификация соревнований (на материале избранного вида спорта)			2	6
Раздел II. Организация спортивной подготовки на территории РФ				
Тема 1. Тренировка и тренировочная деятельность, связь с соревновательной деятельностью. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания			2	6
Тема 2. Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков.			2	7
Тема 3. Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков				8
Тема 4. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки. Особенности с учетом специфики вида спорта.				8
Итого по 9 семестру			**8**	**58**
10 семестр				
Раздел III. Теоретические основы подготовки спортсменов				
Тема 1. Работа по спорту в общеобразовательной, спортивной школе, училище олимпийского резерва, детско-юношеском клубе физической подготовки.			2	7
Тема 2. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах			2	6
Тема 3. Технология подготовки спортсменов различной квалификации: высшие разряды, спортивные резервы, массовый спорт, спорт для инвалидов.				8
Тема 4. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта).				8
Раздел IV. Управление процессом подготовки спортсменов				

Тема 1. Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь.			2	7
Тема 2. Средства восстановления в спорте: педагогические, психологические, медико-биологические, профилактико-реабилитационные.				8
Тема 3. Научно-исследовательская, учебно-исследовательская и методическая деятельность студента.				8
Тема 4. Управление процессом подготовки спортсменов			2	6
Итого по 10 семестру			**8**	**58**
Всего по дисциплине:			**16**	**116**

3.2.Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Краткое содержание курса (7 семестр)

Раздел I. Спорт в системе физкультурного образования.

Тема 1. Дисциплина «педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» (пфсс) в системе профессионального физкультурного образования. цели, задачи, содержание, организация.

Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта. Структура дисциплины ПФСС по физкультурно-спортивным видам, программные установки, содержание и организация работы, требования к студентам. Интегрирующая роль курса ПФСС в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре, тренера по спорту. Характеристика видов занятий, зачетных и экзаменационных требований, самостоятельной работы студентов.

Тема 2. Деятельность, педагога по физической культуре, тренера по виду спорта, основные составляющие их профессионализма.

Педагог по физической культуре, тренер по виду спорта как профессии педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность их работы. Сферы приложения труда педагога и тренера. Требования к профессиональной деятельности современного педагога и тренера. Соответствие человека требованиям этой профессии. Понятие профессионализма в сфере физического воспитания и спорта и вред непрофессионализма. Использование закономерностей акмеологии. Управление воспитанием спортсмена в процессе тренировки. Развитие положительных качеств и руководство самовоспитанием спортсменов. Методы индивидуальной работы со спортсменами. Освоение технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств. Овладение системой профессионально значимых двигательных действий и повышение спортивных достижений.

Тема 3. Спорт и его роль в обществе, функции, типы и виды спорта, организация спорта на различных уровнях, спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального.

Современные представления о спорте, его роли в обществе, жизни отдельного человека. Типы и виды спорта. Функции спорта в обществе: соревновательная, воспитательная, оздоровительная, рекреационно-культурная, производственная, познавательная, укрепления мира, зрелищная, экономическая, престижная. Роль спорта в решении проблемы «оздоровления нации». Тенденция профессионализации спорта высших достижений, ее особенности в коммерческом спорте (зрелищном спортивном бизнесе). Организация спорта на международном, региональном и национальном уровнях. Правила, положения, календари соревнований и классификационные системы как организующие факторы в спорте.

Тема 4. Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований, классификация соревнований (на материале избранного вида спорта).

Соревнования и соревновательная деятельность – первостепенная и неотъемлемая черта спорта. Классификация соревнований по признакам цели, состава и характера соревновательных действий соперников, контингента соперников, способа ведения соревновательного противоборства, условий проведения, типа судейства. Характер и величина соревновательных нагрузок для спортсменов различного возраста. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации (ЕВСК). Структура соревновательной деятельности. Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности. Соревнования и соревновательная подготовка. Соревнования как форма подведения итогов деятельности спортивных организаций и повышения уровня спортивного мастерства спортсменов в процессе многолетней подготовки. Построение соревнований в спорте.

Раздел II. Организация спортивной подготовки на территории РФ.

Тема 1. Тренировка и тренировочная деятельность, связь с соревновательной деятельностью. тренировочные средства в решении задач физического воспитания.

Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. Связь тренировочной и соревновательной деятельности. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психической, интеллектуальной и интегральной подготовки спортсменов. Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро), средние (мезо), большие (макро) циклы. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.

Тема 2. Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков.

Спортивная техника как система элементов движений, направленных на решение двигательных задач в процессе соревновательной деятельности. Классификация техники в избранном виде спорта. Системно-структурный подход к изучению спортивных двигательных действий, их особенности в связи с детерминированностью или вероятностью соревновательных ситуаций. Кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники (на материале избранного вида спорта). Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения. Совершенствование спортивно-технического мастерства.

Тема 3. Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков.

Спортивная стратегия и тактика. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности единство. Организация коллективных и индивидуальных действий. Функции спортсменов в процессе спортивной борьбы. Критерии оценки тактики. Технология обучения тактике. Задачи, средства, методы. Совершенствование тактического мастерства. Задачи, средства, методы. Повышение надежности тактических действий в условиях сбивающий факторов, характерных для соревнований по избранному виду спорта, в условиях нагрузок высокой интенсивности, при противодействии моделей соперников и реального соперника. Критерии тактического мастерства спортсменов.

Тема 4. Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки. Особенности с учетом специфики вида спорта.

Технология физической подготовки. Задачи, средства, методы. Физическая подготовка в процессе формирования спортивных навыков, в процессе совершенствования технико-тактического мастерства спортсменов. Критерии физической подготовленности спортсменов. Определение понятий «быстрота», «сила», «скоростно-силовые качества» и формы их проявления в соответствии со спецификой вида спорта, учет физиологических закономерностей развития быстроты и силы. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок. Определение понятий «ловкость», «выносливость», «гибкость» и формы их проявления в избранном виде спорта, учет физиологических закономерностей их развития. Средства и методы развития этих качеств, дозирование нагрузок.

Краткое содержание курса (8 семестр)

Раздел III. Теоретические основы подготовки спортсменов.

Тема 1. Работа по спорту в общеобразовательной, спортивной школе, училище олимпийского резерва, детско-юношеском клубе физической подготовки.

Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. Связь тренировочной и соревновательной деятельности. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психической, интеллектуальной и интегральной подготовки спортсменов. Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро), средние (мезо), большие (макро) циклы. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.

Тема 2. Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах.

Теоретико-методические представления об основных этапах многолетней спортивной деятельности и особенностях спортивной подготовки на отдельных этапах. Специфика видов спорта и продолжительность подготовки спортсменов на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, тенденции развития видов спорта, прогнозирование и моделирование в процессе многолетней подготовки спортсменов.

Тема 3. Технология подготовки спортсменов различной квалификации: высшие разряды, спортивные резервы, массовый спорт, спорт для инвалидов.

Подготовка спортсменов высших разрядов: задачи и организация работы. Особенности подготовки сборных команд. Особенности тренировочного процесса спортсменов высокой квалификации. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций. Подготовка спортивных резервов. Этапы многолетней подготовки резервов и направленность в работе. Оценка уровня подготовленности юных спортсменов в процессе многолетней подготовки. Оценка качества работы тренеров. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно-спортивной работы. Доступность массового использования спорта в широком возрастном диапазоне. Занятия в общеобразовательных школах, в средних специальных учебных заведениях, вузах, производственных коллективах, по месту жительства, в местах отдыха трудящихся: содержание и организация работы. Критерии оценки качества работы.

Тема 4. Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта).

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

Раздел IV. Управление процессом подготовки спортсменов.

Тема 1. Работа по спорту в общеобразовательной, спортивной школе, училище олимпийского резерва, детско-юношеском клубе физической подготовки.

Тренировка как составная часть системы подготовки спортсменов. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. Связь тренировочной и соревновательной деятельности. Содержание и основные положения современной методики технической, тактической, физической, психической, интеллектуальной и интегральной подготовки спортсменов. Циклический характер структуры тренировочного процесса: малые (микро), средние (мезо), большие (макро) циклы. Специфика построения тренировки с учетом особенностей вида спорта, соревновательной практики, всей системы подготовки.

Тема 2. Средства восстановления в спорте: педагогические, психологические, медико-биологические, профилактико-реабилитационные.

Определение понятий «утомление» и «восстановление». Определение фаз восстановления по данным ЧСС. Характеристика явления «суперкомпенсации». Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления. Классификация средств восстановления: педагогических, психологических, медико-биологических. Питание спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта. Душ, сауна, массаж как средства восстановления в спорте. Использование витаминов. Применение фармакологических средств восстановления. Профилактика - реабилитационные мероприятия.

Тема 3. Научно-исследовательская, учебно-исследовательская и методическая деятельность студента.

Рост спортивных достижений и необходимость совершенствования системы подготовки спортсменов. Роль науки и методических разработок в повышении эффективности процесса подготовки спортсменов. Умение тренера, педагога использовать в своей работе данные научных исследований. Роль УИРС и НИРС в решении задач научно-методической подготовки студентов: задачи и содержание.

Тема 4. Управление процессом подготовки спортсменов.

Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов. Информационное обеспечение управления. Прогнозирование и моделирование в управлении, использование модельных характеристик соревновательной и тренировочной деятельности.

Содержание модельных характеристик по основным компонентам соревновательной деятельности спортсменов различной квалификации. Оценки эффективности соревновательной деятельности, критерии эффективности с учетом специфики вида спорта.

Модельные характеристики тренировочной деятельности (по уровню подготовленности), их содержание по технической, тактической, физической, психологической, интегральной подготовке, функциональным возможностям и морфологическим признакам.

Связь модельных характеристик соревновательной деятельности и по уровню подготовленности. Связь модельных характеристик спортсменов высших разрядов и юных спортсменов.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных

источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов, которая включает два варианта, в каждом из которых 28 заданий.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:
- подготовки к групповым и/или индивидуальные творческим заданиям;
- подготовка к защите реферата;
- подготовки к написанию эссе.

Пример контрольной работы №1:
Участие в соревнования в избранном виде спорта.
Критерии оценивания:

Критерий	Количество баллов
Участие в 7 соревнованиях за семестр	28
Участие в 6 соревнованиях за семестр	24
Участие в 5 соревнованиях за семестр	20
Участие в 4 соревнованиях за семестр	16
Участие в 3 соревнованиях за семестр	12
Участие в 2 соревнованиях за семестр	8
Участие в 1 соревнованиях за семестр	4

ТЕМЫ ЭССЕ

1. Технико-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
2. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
3. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
4. Интегральная подготовка в избранном виде спорта.

КЕЙС-ЗАДАЧИ

Задание 1. Заполнить план-схему обучения техническому элементу из избранного вида спорта по заданию преподавателя.

Задание 2. На основе план-схемы обучения техническому элементу из избранного вида спорта (по заданию преподавателя) подготовить мульти-медио презентацию.

Задание 3. Заполните таблицу "Критерии технического мастерства» (на примере технического элемента из избранного вида спорта).

ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

1. Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
2. Внетренировочные факторы подготовки в избранном виде спорта.
3. Внетренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.
4. Задачи, содержание и методика тренировки квалифицированных спортсменов.
5. Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов.
6. Использование тренажеров и тренажерных устройств для совершенствования технико-тактической и физической подготовки в избранном виде спорта.
7. Классификация средств и методов обучения двигательным действиям.
8. Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
9. Контроль за развитием основных двигательных способностей.
10. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов.
11. Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов.
12. Медико-биологические средства восстановления в спорте.
13. Место ПФСС в системе профессионального физкультурного образования.
14. Место спорта в общей системе физического воспитания.
15. Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
16. Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.
17. Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
18. Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
19. Ориентация и отбор в избранном виде спорта.
20. Основы управления подготовкой спортсменов.
21. Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
22. Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов.
23. Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
24. Особенности спортивной подготовки инвалидов.
25. Педагогические средства восстановления в спорте.
26. Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
27. Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки.
28. Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки.
29. Применение средств и методов в тренировочной деятельности спортсмена.
30. Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
31. Психологические средства восстановления в спорте.
32. Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.).
33. Сенситивные периоды развития двигательных способностей.
34. Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
35. Соревнования и соревновательная деятельность спортсмена.
36. Спортивная ориентация и отбор.
37. Спортивная техника как предмет обучения.
38. Тактические действия спортсмена и методика обучения им.
39. Технико-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
40. Тренировка как многолетний процесс.
41. Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
42. Физическая подготовка в избранном виде спорта.
43. Характеристика детского спортивного коллектива.
44. Характеристика основных сторон подготовки спортсменов.
45. Характеристика педагогической деятельности тренера.
46. Эволюция техники, тактики, правил соревнований и методики тренировки в избранном виде спорта.
47. Этапы обучения двигательным действиям.

Для самостоятельной подготовки к занятиям по дисциплине рекомендуется использовать учебно-методические материалы:

1. Техника и методика обучения способам передвижения на лыжах: учебно-методическое пособие / А.Н. Илькин, Д.Н. Немытов, Ю.С. Антонов. – Ульяновск: УлГПУ, 2012. – 63 с. (3,93 п.л., авторский вклад – 1,31 п.л.);
2. Немытов Д.Н., Илькин А.Н. Основы спортивно-оздоровительного туризма и спортивного ориентирования: учебно-методическое пособие / Д.Н. Немытов, А.Н. Илькин – Ульяновск: УлГПУ, 2013. – 164 с. (10,25 п.л., авторский вклад – 6,83 п.л.);
3. Немытов Д.Н., Илькин А.Н., Березина Л.А. Спортивное ориентирование бегом и на лыжах: организация и проведение соревнований с обучающимися: учебно-методическое пособие / Сост.: Д.Н. Немытов, А.Н. Илькин, Л.А. Березина. - Ульяновск: УлГТУ, 2018. - 165 с.
4. Березина Л.А., Немытов Д.Н, Быстрова О.Л. Баскетбол: основы обучения технике игры в баскетбол: учебно-методическое пособие / Сост.: Л.А. Березина, Д.Н. Немытов, О.Л. Быстрова. - Ульяновск: УлГТУ, 2019. - 71 с.

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины

	Оценочные средства для текущей аттестации ОС-1 Эссе ОС-2 Кейс-задачи ОС-3 Защита реферата ОС-4 Деловая игра ОС-5 Индивидуальное творческое задание	ОР-1 Знать теоретические и методические основы избранного вида спорта ОР-2 Знать правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности ОР-3 Умеет объяснять и демонстрировать основные и вспомогательные технические элементы в избранном виде спорта ОР-4 Знать принципы, методы и средства, используемые при проведении занятий в избранном виде спорта ОР-5 Умеет использовать методы обучения и воспитания с учетом уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся в избранном виде спорта
	Оценочные средства для промежуточной аттестации **зачет (экзамен)** ОС-6 Зачет в форме устного собеседования	

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а так же процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Туризм и спортивное ориентирование».

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-6 Зачет в форме устного собеседования
Примерные вопросы к зачету

- Эволюция техники, тактики, правил соревнований и методики тренировки в избранном виде спорта.
- Технико-тактическая подготовка в избранном виде спорта.
- Особенности методики обучения технико-тактическим действиям в избранном виде спорта.
- Психологическая подготовка в избранном виде спорта.
- Физическая подготовка в избранном виде спорта.
- Методика развития двигательных способностей у юных спортсменов.
- Методика развития двигательных способностей у квалифицированных спортсменов.
- Планирование и учет в тренировке юных спортсменов в избранном виде спорта.
- Внетренировочные факторы подготовки в избранном виде спорта.
- Ориентация и отбор в избранном виде спорта.
- Использование тренажеров и тренажерных устройств для совершенствования технико-тактической и физической подготовки в избранном виде спорта.

- Комплексный контроль тренировочной и соревновательной деятельности в избранном виде спорта.
- Место ПФСС в системе профессионального физкультурного образования.
- Место спорта в общей системе физического воспитания.
- Соревнования и соревновательная деятельность спортсмена.
- Тренировочные нагрузки в процессе подготовки спортсменов.
- Применение средств и методов в тренировочной деятельности спортсмена.
- Построение тренировочного процесса в годичном цикле подготовки.
- Спортивная техника как предмет обучения.
- Классификация средств и методов обучения двигательным действиям.
- Этапы обучения двигательным действиям.
- Тактические действия спортсмена и методика обучения им.
- Соотношение ОФП и СФП в многолетнем тренировочном процессе.
- Определение понятий основных двигательных способностей и их классификация.
- Методика развития основных кондиционных и координационных способностей.
- Сенситивные периоды развития двигательных способностей.
- Контроль за развитием основных двигательных способностей.
- Внеклассная спортивная работа в общеобразовательной школе.
- Работа по спорту в образовательных учреждениях различного типа (ДЮКФП, сельских школах, интернатах и т.д.).
- Особенности проведения спортивных соревнований со школьниками.
- Характеристика основных сторон подготовки спортсменов.
- Тренировка как многолетний процесс.
- Задачи, содержание и методика тренировки юных спортсменов.
- Задачи, содержание и методика тренировки квалифицированных спортсменов.
- Спортивная ориентация и отбор.
- Особенности планирования и учета тренировки юных спортсменов.
- Планирование тренировки спортсменов в зависимости от квалификации и этапа подготовки.
- Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками юных спортсменов.
- Контроль за тренировочными и соревновательными нагрузками квалифицированных спортсменов.
- Основы управления подготовкой спортсменов.
- Педагогические средства восстановления в спорте.
- Психологические средства восстановления в спорте.
- Медико-биологические средства восстановления в спорте.
- Внетренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.
- Особенности спортивной подготовки инвалидов.
- Характеристика педагогической деятельности тренера.
- Характеристика детского спортивного коллектива.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Зачёт
9, 10 семестры	Разбалловка по видам работ	4 х 1=4 баллов	164 балла	32 балла
	Суммарный макс. балл	4 баллов max	168 балла max	200 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам 9,10 семестра

	2 ЗЕ
«зачтено»	более 100
«не зачтено»	100 и менее

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения и активной работы на занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Подготовка к лабораторным занятиям.

При подготовке к занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задания. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных заданий, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических заданий оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

Планы лабораторных занятий (7 семестр)

Лабораторная работа № 1. Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивно совершенствование (ПФСС) в системе профессионального физкультурного образования. Цели, задачи, содержание, организации.

- **План:**

1. Характеристика профессионально физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта.
2. Структура дисциплины ПФСС по физкультурно-спортивным видам.
3. Программные установки, содержание и организация работы, требования к студенту.
4. Характеристика видов знаний, зачетных и экзаменационных требований, самостоятельной работы студентов.
5. Связь курса ПФСС с ТиМФВиС, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.
6. Интегрирующая роль курса ПФСС в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре, тренера по спорту.

- **Вопросы для коллективного обсуждения:**

1. Место ПФСС в системе профессионального физкультурного образования.

2. Знания, умения и навыки в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
3. Структура ПФСС по видам спорта.
4. Функции спорта в обществе.

- **Задания для самостоятельной работы:**

1. Рассмотрение дисциплины ПФСС исходя из практики массового спорта.
2. Раскрыть содержание, организацию работы, требования к студенту, сочетающему учебную деятельность и занятия спортом.
3. Раскрыть содержание, организационную работу, требования к студенту, совмещающему учебу и занятия спортом.

Лабораторная работа № 2. Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивно совершенствование (ПФСС) в системе профессионального физкультурного образования. Цели, задачи, содержание, организации.

- **План:**

1. Характеристика видов знаний, зачетных и экзаменационных требований, самостоятельной работы студентов.
2. Связь курса ПФСС с ТиМФВиС, дисциплинами спортивно-педагогического, медико-биологического и других циклов.
3. Интегрирующая роль курса ПФСС в формировании профессиональной готовности будущего педагога по физической культуре, тренера по спорту.

- **Вопросы для коллективного обсуждения:**

1. Место ПФСС в системе профессионального физкультурного образования.
2. Знания, умения и навыки в области спорта в структуре деятельности преподавателя физической культуры и тренера.
3. Структура ПФСС по видам спорта.
4. Функции спорта в обществе.

- **Задания для самостоятельной работы:**

1. Рассмотрение дисциплины ПФСС исходя из практики массового спорта.
2. Раскрыть содержание, организацию работы, требования к студенту, сочетающему учебную деятельность и занятия спортом.
3. Раскрыть содержание, организационную работу, требования к студенту, совмещающему учебу и занятия спортом.

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература

1. Гилев, Г. А. Физическое воспитание студентов : учебник / Г. А. Гилев, А. М. Каткова. - Москва : МПГУ, 2018. - 336 с. - ISBN 978-5-4263-0574-8. - Текст : электронный. [Электронный ресурс https://znanium.com/catalog/product/1341058].
2. Гришина, Т. С. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Т. С. Гришина. - Воронеж : ВГИФК, 2019. 239 с. - Текст : электронный. [Электронный ресурс: https://e.lanbook.com/book/140332].
3. Шиндина, И. В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева. - Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. - 203 с. - Текст : электронный [Электронный ресурс https://e.lanbook.com/book/74503].

Дополнительная литература

1. Чеснова, Е. Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Е. Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 226 с. - [Электронный ресурс: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946].

2. Зотова, Ф. Р. Методологические основы теории спорта : учебно-методическое пособие / Ф. Р. Зотова, Н. Н. Мугаллимова. - Казань : Поволжская ГАФКСиТ, 2018. - 88 с. - Текст : электронный // Текст : электронный. [Электронный ресурс https://e.lanbook.com/book/154982].

3. Комплексная тренировка в циклических видах спорта : учебное пособие / Е. Н. Данилова, А. Н. Христофоров, А. С. Горбачев, Д.. В. Логинов. - Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2019. - 108 с. - ISBN 978-5-7638-4185-5. - Текст : электронный. [Электронный ресурс https://znanium.com/catalog/product/1816591].

Интернет-ресурсы

– Всероссийская ассоциация летних олимпийских видов спорта. – Режим доступа: www.letosport.ru

– Международный Олимпийский комитет. – Режим доступа: www.olympic.org.