

**Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Северо-Осетинский государственный университет  
имени Коста Левановича Хетагурова»**



**А.М. Дигурова**

«    » 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование юных  
спортсменов»**

**Направление 44.03.01 Педагогическое образование**

**Профиль Физическая культура**

**Квалификация (степень) выпускника – бакалавр**

**Форма обучения**

**Очная**

**Владикавказ 2017**

Программа составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 4 декабря 2015 г., № 1426, учебным планом подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, утвержденным ученым советом ФГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный университет имени Коста Левановича Хетагурова» от 27.04.2017 г., протокол № 11.

Составитель: Доцент Кетоев К.Э

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин (30 июня 2017 г., протокол № 11)

Зав. каф.  Хамикоев Феликс Георгиевич

Одобрена советом факультета физической культуры и спорта (3 июля 2017 г., протокол № 5)

Председатель  Хамикоев Феликс Георгиевич

## 1. Структура, и общая трудоемкость дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет: 17 ЗЕ (144 часа).

	Очная форма обучения	Заочная форма обучения
Курс	1,2,3,4	
Семестр	1,2,3,4,5,6,7	
Лекции	18	
Практические (семинарские) занятия	250	
Лабораторные занятия		
Консультации		
Итого аудиторных занятий	268	
Самостоятельная работа	317	
Курсовая работа		
Форма контроля		
Экзамен	27	
Зачет		
Общее количество часов	612	

## 2. Цели освоения дисциплины

### 1. Цель дисциплины:

Цель дисциплины: - формирование у студентов целостного представления о профессиональной деятельности специалиста в сфере ФК и спорта через интеграцию профильных дисциплин учебного плана.

### Задачи дисциплины:

- ознакомление студентов с технологией труда педагога по физической культуре;
- формирование системы знаний в области физкультурно-педагогической деятельности и основ техники видов спорта;
- формирование навыков выбора форм, методов, средств воспитания в достижении образовательных целей и для обеспечения достаточного уровня спортивной подготовленности;
- ознакомление с особенностями организационно-управленческой и научно-исследовательской деятельности;
- совершенствование профессиональных умений физкультурно-спортивной деятельности;
- стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

## 3. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата

Настоящая дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» относится к вариативной части, дисциплин по выбору учебного плана подготовки бакалавра по направлению 44.03.01 Педагогическое образование, профиль «Физическая культура».

Дисциплина создает практическую основу для изучения следующих дисциплин учебного плана: плавание, гимнастика, легкая атлетика настольный теннис др.

Дисциплина базируется на итогах изучения следующих дисциплин учебного плана: история физической культуры, теория и методика физического воспитания, и др, в результате которых должны быть сформированы следующие компетенции: ОК -8, ПК-1.

Для освоения данной учебной дисциплины (УД) студент должен:

**Знать:** - сущность, социальную значимость, характеристику и функции профессии учителя;

- требования к комплексной подготовке и личностным качествам учителя;
- современное состояние и тенденции развития спортивных игр;
- санитарно-гигиенические требования к занимающимся, спортивным помещениям и инвентарю, а так же технику безопасности при проведении занятий;
- общее представление о процессе формирования двигательных умений и навыков;
- основные понятия, классификацию техники спортивных игр, средства и методы обучения техническим приемам;

-теорию технических ошибок в спорте, пути их предупреждения, выявления и исправления.

**Уметь:** - осуществлять профилактику травматизма, оказывать доврачебную помощь в случае возникновения травм, заболеваний и функциональных нарушений, осуществлять действия по эвакуации при возникновении чрезвычайных ситуаций во время занятий или соревнований;

- проводить анализ фазовой структуры технических приемов в спортивных играх;
- налаживать психологический климат в спортивном коллективе, регулировать психологические состояния спортсменов;

-планировать, организовывать и проводить различные формы занятий с учетом медико-биологических, санитарно-гигиенических, психолого-педагогических основ физической деятельности;

-разрабатывать комплексы упражнений, конспекты уроков и учебно-тренировочных занятий по спортивным играм.

**Владеть:** - строевыми приемами и командами для проведения уроков и учебно-тренировочных занятий и организации занимающихся;

- разнообразными средствами и методами для развития общих и специальных физических качеств;
- методикой обучения техническим приемам, методикой предупреждения, выявления и исправления ошибок в технике;
- методикой и технологией обучения тактическим действиям и взаимодействиям в спортивных играх;
- владеть методикой и механикой судейства спортивных игр;
- навыками самостоятельной работы учебно-методической и научной литературой, периодическими изданиями;
- техническими элементами базовой физической культуры, адаптированными к спортивным играм, а также приемами объяснения и демонстрации основных и вспомогательных элементов.

#### **4. Требования к результатам освоения дисциплины (компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля))**

Коды компетенций	Содержание компетенций
ОК -8	готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность
ПК-1	готовностью реализовывать образовательные программы по учебному предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов

Коды компетенций ОПОП	Планируемые результаты обучения, соответствующие формируемым компетенциям ОПОП		
	Знать	Уметь	Владеть
ОК-8	<ul style="list-style-type: none"> <li>- влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;</li> <li>- способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;</li> <li>- правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики;</li> <li>- выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности;</li> <li>- простейшими приемами самомассажа и релаксации</li> </ul>
ПК-1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта;</li> <li>- основы педагогики физической культуры;</li> <li>- основы теории и методики физического воспитания;</li> <li>- основы возрастной педагогики и психологии;</li> <li>- основы видов спорта, входящих в программу обучения различных категорий населения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать учебные программы по предмету физическая культура на основе государственных образовательных стандартов;</li> <li>- использовать в процессе обучения современные виды спорта и оздоровительные технологии;</li> <li>- реализовывать учебные программы в зависимости от возраста и двигательной подготовленности обучающихся.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по предмету «физическая культура».</li> </ul>

## 5. Содержание и учебно-методическая карта дисциплины

*Таблица 5.1*

*1 семестр*

Номер занятия	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа студентов		Формы контро ля	Кол-во баллов		Лит-ра
		л	пр	Содержание	час		min	max	
1 семестр									
1-2	1.ОФП специальные упражнения для развития гибкости: -наклоны из различных исходных положений; -упражнения на гимнастической стенке; -с помощью партнера. 2.Изучение техники перемещений: -бег; -остановка двумя шагами и прыжком. 3.Изучение ловли и передачи мяча двумя руками от груди: -на месте в парах. 4.Передача мяча одной рукой от плеча: -правой рукой; -левой рукой. 5.Эстафета с переносом мячей. 6.Учебная игра.		4	Составление комплекса упражнений для развития гибкости.	4	Проверка домаш- него задания			[1-12]
3-4	1.ОФП специальные упражнения для развития быстроты: -бег с высоким подниманием бедра у гимнастической стенки; -рывки из различных стартовых положений; -ускорения. 2.Совершенствование передач от груди, одной от плеча. 3.Изучение передач двумя сверху, одной-двумя снизу, изучение броска двумя от груди. 4.Совершенствование в технике площадки по заданию. 5.Учебная игра по упрощенным правилам.		4						[1-12]

5-6	1.ОФП специальные упражнения для развития силы: -сгибание и разгибание рук в упоре; -многократные прыжки на дальность, на одной или двух ногах; -перемещение на руках; -приседание с грузом. 2.Совершенствование передач двумя руками сверху, снизу, одной от плеча, бросок двумя от груди. 3.Изучение передачи одной сбоку, одной над головой, изучение броска в прыжке. 4.Изучение ведения мяча на месте. 5.Изучение поворотов на месте. 6.Учебная игра.		4	Составление комплекса упражнений для развития ловкости.	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
7-8	Учебная практика-умения и навыки обучения физическим упражнениям по общефизической подготовке, построение, расчет по порядку,перестроение,подсчет в движении. Рассказ и показ упражнений. Использование ошибок, подача команд, командный голос.		4	Совершенствование передач от груди, одной от плеча.	4				[1-12]
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						0	30	
9-10	1.ОФП специальные упражнения для развития выносливости: -пробегание кругов по залу с различной скоростью; -челночный бег; -серийные прыжки на одной и двух ногах. 2. Перемещение правым, левым боком. Повороты в движении. 3.Передача мяча в движении со сменой мест. 4.Совершенствование ведения мяча по прямой и с изменением направления. 5.Изучение броска одной от плеча с места. 6.Передвижение в стойке защитника в парах. 7.Учебная игра –личная защита.		4	Совершенствование передач двумя руками сверху, снизу, одной от плеча, бросок двумя от груди.	4				[1-12]
11-12	1.ОФП специальные упражнения для развития ловкости: -ОРУ в парах для развития гибкости; -пятнашки без и с мячом. 2. Изучение двушажной техники и броска одной от плеча в			Составление комплекса упражнений для развития выносливости		Проверка домашнего задания			[1-12]

	движении. 3. Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока. 4. Броски с пяти точек 2 серии по 10 бросков. 5. Учебная игра –личная защита.		4		4	него задания			
<b>13-14</b>	Оборудование и инвентарь для проведения соревнований и тренировочных занятий. Разновидности конструкций, стоек и щитов, материалы для изготовления конструкций. Дополнительные приспособления, применяемые для повышения качества техники игры (передач, бросков, ведения). Необходимый инвентарь для проведения соревнований (указатели семи фолов, указки фолов, мяч, протокол игры и т.п.).		4	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока	4				<b>[1-12]</b>
<b>15-16</b>	1. ОФП специальные упражнения для развития быстроты: -бег с высоким подниманием бедра; -бег с захлестом голени назад; -старты без мяча с ведением. 2. Совершенствование ведения мяча -повороты. Переводы мяча под ногами, за спиной. 3. Совершенствование бросков одной от плеча в движении. 4. Совершенствование бросков одной от плеча с места. 5. Совершенствование техники защиты 6. Учебная игра - личная защита в области штрафного броска.		4	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока.	6				<b>[1-12]</b>
<b>17-18</b>	1. ОФП специальные упражнения для развития силы: -передвижение на руках; -бег с партнером на плечах. 2. Ведение мяча с защитником - переводы мяча за спиной. 3. Встречная передача мяча двумя руками. 4. Изучение бросков одной и двумя снизу в движении. 5. Совершенствование броска одной от плеча с места. 6. Противодействие перемещению игрока с мячом. 7. Учебная игра.		4	Составление комплекса упражнений для развития силы.	6	Проверка домашнего задания			<b>[1-12]</b>
	<b>Текущая работа</b>						<b>0</b>	<b>20</b>	
	<b>2-я рубежная аттестация</b>						<b>0</b>	<b>30</b>	

	<b>Итого</b>		<b>36</b>		<b>36</b>			<b>100</b>	
<b>2 семестр</b>									
<b>1-2</b>	Разбор правил соревнований. Методика судейства. Практика судейства. Обязанности судей. Их взаимодействие, перемещение по площадке в зависимости от местонахождения мяча. Фиксация ошибок. Определение провинившегося игрока и наказание. Судейская терминология и жестикуляция. Практическое судейство.		4	Изучение ведения мяча одной рукой от защитника. Передача мяча одной рукой от плеча: - правой рукой; -левой рукой.	4				<b>[1-12]</b>
<b>3-4</b>	Учебная практика - обучение технике игры: ловля и передача мяча, ведение, броски в кольцо. Объяснение и показ технических действий, выявление и использование ошибок. Команды и спортивная терминология.		4	Совершенствование бросков различными способами в движении, в парах.	4				<b>[1-12]</b>
<b>5-6</b>	1.ОФП специальные упражнения для развития выносливости: -челночный бег; -многократные прыжки на максимальную высоту; -пробегание кругов по залу с различной скоростью. 2.Изучение ловли мяча с полуотскока. 3.Передача мяча во встречном движении. 4.Изучение финтов на уход с мячом о защитника с места. 5.Совершенствование бросков различными способами в движении, в парах. 6.Совершенствование личной защиты. 7.Учебная игра совершенствование в заслонах.		4	Составление комплекса упражнений для развития координации.	4	Проверка домашнего задания			<b>[1-12]</b>
<b>7-8</b>	Изучение, разбор и составление документации по организации и проведению соревнований. Положение о соревнованиях. Жеребьевка команд. Составление графика игр по круговой системе и системе с выбыванием. Составление турнирной таблицы. Правила заполнения протокола игры, запись игры. Составление итогового отчета о проведенных соревнованиях.		4	Совершенствование техники перемещений: -остановки двумя ногами и прыжком; -повороты и уход от защитника без мяча.	4				<b>[1-12]</b>
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						0	30	

<b>9-10</b>	Учебная практика-обучение технике игры: ловля и передача мяча, ведение, броски в кольцо, объяснение и показ технических действий, выявление и исправление ошибок. Команды и спортивная терминология.		4	1.Совершенствование двухшажной техники и броска одной снизу.	4				
<b>11-12</b>	1.ОФП специальные упражнения для развития выносливости: -многократные прыжки на максимальную высоту; -пробегание кругов по залу с различной скоростью. 2.Изучение ловли мяча с полуотскока. 3.Передача мяча во встречном движении. 4.Изучение финтов на уход с мячом о защитника с места. 5.Совершенствование бросков различными способами в движении, в парах. 6.Совершенствование личной защиты. 7.Учебная игра		4	Составление комплекса упражнений для развития прыгучести.	4	Проверк а домаш- него задания			<b>[1-12]</b>
<b>13-14</b>	Обзорно-методическое занятие по физической подготовке. Обзор упражнений по общефизической подготовке. Приемы и последовательность обучения этим приемам. Связь применяемых упражнений с техникой баскетбола. Характерные ошибки и методы их исправления.		4	Совершенствование бросков в прыжке после ведения.	4				<b>[1-12]</b>
<b>15-16</b>	1.ОФП специальные упражнения в парах.. 2. Специальные упражнения с мячами:»арка», вращение мяча вокруг туловища, на пальце, вокруг ладони,»укрошение мяча», подбивание мяча. 3.Ловля и передача мяча в прыжке: -в парах; -во встречном движении; -с отскоком о щита.		4	Совершенствование техники перемещений: -остановки двумя ногами и прыжком; -повороты и уход от защитника без мяча.	4				<b>[1-12]</b>
<b>17-18</b>	2.ОФП специальные упражнения для развития выносливости: -бег по кругу с ускорениями; -бег после серии прыжков; -серийные прыжки. 3.Совершенствование двухшажной техники и броска одной снизу. 4.Передача мяча в двойках. 5.4.Передача мяча в тройках 5.Учебная игра (защита прессингом).		4	Совершенствование бросков со средней дистанции	4				<b>[1-12]</b>

	Текущая работа					0	20	
	1-я рубежная аттестация					0	30	
	Итого		36		36		100	

2 курс

Номер занятия	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа студентов		Формы контроля	Кол-во баллов		Лит-ра
		л	пр	Содержание	час		min	max	
3 семестр									
1-2	Техника игры волейбол в нападении и защите, методика начального обучения .		4		4	Проверка домашнего задания			[1-12]
3	Учебная практика студентов		2						[1-12]
4-5-6	Техника нападения в волейболе и методика начального обучения: 1)Действия без мяча (Стойки и передвижения в волейболе); 2)Действия с мячом (подача, передача, нападающий удар в волейболе) <b>Мастер класс.</b>		6		4	Проверка домашнего задания			[1-12]
7-8	Учебная практика студентов		4		4				
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						0	30	
9-10	Техника защиты в волейболе и методика начального обучения: 1)Действия без мяча (Стойки и передвижения в волейболе); 2) Действия с мячом (прием, блок в волейболе). <b>Мастер класс.</b>		4	Совершенствование передач двумя руками сверху, снизу, одной от плеча, бросок двумя от груди.	4				[1-12]

11-12	Учебная практика студентов		4	Составление комплекса упражнений для развития выносливости	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
13-14	Индивидуальные тактические действия в нападении в волейболе, методика начального обучения: подача, передача, нападающий удар. <b>Мастер класс.</b>		4	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока	4				[1-12]
15-16	Учебная практика студентов		4	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока.	6				[1-12]
17-18	Индивидуальные тактические действия в нападении в волейболе, методика начального обучения: подача, передача, нападающий удар. <b>Мастер класс.</b>		4	Составление комплекса упражнений для развития силы.	6	Проверка домашнего задания			[1-12]
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>2-я рубежная аттестация</b>						0	30	
	<b>Итого</b>		<b>36</b>		<b>36</b>			<b>100</b>	
<b>4 семестр</b>									
1-2	Учебная практика студентов		4	Совершенствование ведения мяча одной рукой от защитника.	4				[1-12]
3-4	Индивидуальные тактические действия в защите в волейболе, методика начального обучения: прием мяча, блокирование мяча		4	Совершенствование бросков различными способами в движении, в парах.	4				[1-12]
5-6	Учебная практика студентов		4	Составление комплекса упражнений для развития координации.	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
7-8	Индивидуальные тактические действия в нападении в волейболе, методика начального обучения: подача, передача, нападающий удар.		4	Совершенствование техники перемещений: -остановки двумя ногами и прыжком; -повороты и уход от	4				[1-12]

				защитника без мяча.					
	<b>Текущая работа</b>						<b>0</b>	<b>20</b>	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						<b>0</b>	<b>30</b>	
<b>1</b>	Учебная практика студентов		2	Совершенствование двухшажной техники и броска одной снизу.	4				[1-12]
<b>2-3</b>	Индивидуальные тактические действия в защите в волейболе, методика начального обучения: действия без мяча (Стойки и передвижения в волейболе); Действия с мячом (прием, блокирование).		4	Составление комплекса упражнений для развития прыгучести.	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
<b>4</b>	Учебная практика студентов		2	Совершенствование бросков в прыжке после ведения.	4				[1-12]
<b>5</b>	Групповые технико-тактические действия в защите.		2	Совершенствование техники перемещений: -остановки двумя ногами и прыжком; -повороты и уход от защитника без мяча.	4				[1-12]
<b>6</b>	Учебная практика студентов		2	Совершенствование бросков со средней дистанции	4				[1-12]
<b>7</b>	Групповые технико-тактические действия волейболистов в нападении		4						[1-12]
<b>8-9</b>	Учебная практика студентов		4						[1-12]
	<b>Текущая работа</b>						<b>0</b>	<b>20</b>	
	<b>2-я рубежная аттестация</b>						<b>0</b>	<b>30</b>	
	<b>Итого</b>		<b>36</b>		<b>36</b>			<b>100</b>	

Номер занятия	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа студентов		Формы контроля	Кол-во баллов		Лит-ра
		л	пр	Содержание	час		min	max	
5 семестр									
1	Контрольная игра с целью просмотра уровня подготовленности студентов.		2						[1-12]
2	Техника обучения владения мячом. Подготовительные упражнения по технике.		2						[1-12]
3	Ведение мяча (способы, разновидности). Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике		2	Совершенствования техники ведения мяча	4				[1-12]
4	Совершенствование технических приёмов в двухсторонних играх		2						[1-12]
5	Передачи мяча (низом-верхом). Прием, обработка мяча. Подготовительные упражнения. Упражнения по технике.		2	Совершенствования технических приемов с мячом	4				[1-12]
6	Закрепление пройденного материала. Выполнение различных действий по заданию преподавателя		2						[1-12]
7	Техника перемещения (Игра в нападении, игра в защите). Подготовительные, подводящие упражнения.		2	Совершенствование техники перемещения					[1-12]
8-9	Игровые упражнения (Держание мяча, перемещения в группах при атаке-обороне). Игра в квадраты. Подводящие упражнения.		4						[1-12]
	Текущая работа						0	20	
	1-я рубежная аттестация						0	30	
1	Закрепление пройденного материала. Выполнение различных действий по заданию преподавателя		2	Совершенствование передач двумя руками сверху, снизу, одной от плеча, бросок двумя от груди.	4				

2	Техника перемещения (Игра в нападении, игра в защите). Подготовительные, подводящие упражнения.		2	Составление комплекса упражнений для развития выносливости	4	Провер ка домаш- него задания			[1-12]
3	Игровые упражнения (Держание мяча, перемещения в группах при атаке-обороне). Игра в квадраты. Подводящие упражнения.		2	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока	4				[1-12]
4	Техника выполнения ударов по воротам ( с ходу, с места, по летящему мячу. Подготовительные упражнения )		2	Совершенствование ведения с изменением направления и высотой отскока.	4				[1-12]
5	Игровые упражнения (Держание мяча, перемещения в группах при атаке-обороне). Игра в квадраты. Подводящие упражнения.		2	Составление комплекса упражнений для развития силы.	4	Провер ка домаш- него задания			[1-12]
6	Техника выполнения ударов по воротам ( с ходу, с места, по летящему мячу. Подготовительные упражнения )		2						[1-12]
7	Игровые действия при атаке. Взятие ворот после передач с флангов. Наигрывание взаимодействий (комбинации).		2	Совершенствование технических действий а атаке	4				[1-12]
8-9	Защитные действия. Единоборство-отбор мяча (один на один). Игра в обороне в меньшинстве с выходом на центр поля.		4	Совершенствование технических действий в защите	4				
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>2-я рубежная аттестация</b>						0	30	
	<b>итого за семестр</b>		<b>36</b>		<b>36</b>				
<b>6 семестр</b>									
1	Технический комплекс упражнений. В парах на половине поля с мячом		2	Совершенствование техники владения мячом в паре	4				[1-12]
2	Техника выполнения ударов по ворота ( в групповых действиях, индивидуально). Стандартные положения		2	Совершенствование техники удара по воротам	4				[1-12]

3	Перемещения по полю в парах. Технические действия (произвольно-индивидуально). Обучение выходов один на один, два на один с взятием ворот.		2	Составление комплекса упражнений для развития координации.	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
4	Игровые упражнения с заданием. Держание в группах, касание ограничено. Квадраты 3х1, 4х2, 5х2.		2		4				[1-12]
5	Закрепление пройденного материала. Выполнение различных действий по заданию преподавателя		2	Совершенствование игровых упражнений	4				[1-12]
6	Перемещения по полю с передачей мяча партнеру. Квадраты 4х2, 5х2.		2	Совершенствование техники перемещения по полю	4				[1-12]
7	Удары по воротам с различных положений и позиций (с места, в движении). Удары с фланговых передач.		2	Совершенствование ударов мячом с различных положений	4				[1-12]
8	Держание мяча в группах 3х3 на половине поля. Ведение мяча – удар по воротам. Обманные движения, обводка соперника.		2	Совершенствование обманных движений, обводка соперника	4				[1-12]
9	Держание мяча в группах (с нейтральными, с переходом на одно-два касания по свистку преподавателя). Удары с различных положений		2						[1-12]
11-12	Ведение мяча с обводкой фишек (правой-левой ногами). Жонглирование мяча индивидуально, в парах.		4	Совершенствование техники владения мячом	4				[1-12]
13	Игра в атаке на половине поля (позиционно –на скорость). Удары по воротам после фланговых передач (головной-ногами).		2						[1-12]
	<b>Текущая работа</b>						0	20	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						0	30	
1	Проведение по заданию преподавателя комплексов упражнений на совершенствование технических приёмов игры.		2						[1-12]

2	Квадраты на месте 5x2, 4x2, 3x1. Совершенствование передачи по воздуху (дальность, точность).		2	Составление комплекса упражнений для развития прыгучести.	4	Проверка домашнего задания			[1-12]
3	Удары по воротам индивидуальные, в парах после фланговых подач. Стандартные положения. Игра-держание мяча без ворот в группах.		2	Совершенствование бросков в прыжке после ведения.	4				[1-12]
4	Совершенствование техники передачи мяча (по воздуху – низом		2						[1-12]
5-6	Обучение техники удара. Квадраты 5x2, 4x2, 3x1. Жонглирование мяча в парах с передачей мяча. Удары по воротам.		4	Совершенствование бросков со средней дистанции	4				[1-12]
7-8	Упражнения в парах с мячом. Перемещения по полю на различные расстояния. Эстафета (скоростная с мячами)		4						[1-12]
9-10	Проведение по заданию преподавателя комплексов упражнений на совершенствование технических приёмов игры.		4	Составить комплекс упражнений совершенствования технических приемов	4				[1-12]
11-12	Держание мяча в группах с нейтральными, с переходом на одно-два касания по свистку преподавателя). Удары с различных положений		4						[1-12]
13-14	Ведение мяча с обводкой фишек (правой-левой ногами). Жонглирование мяча индивидуально, в парах.		4	Совершенствование техники владения мячом в парах	4				[1-12]
	Текущая работа						0	20	
	2-я рубежная аттестация						0	30	
	Итого		52		56			100	

**4 курс**

<b>7 семестр</b>									
Но мер зан яти й	Наименование тем (вопросов), изучаемых по данной дисциплине	Занятия		Самостоятельная работа Студентов		Формы контроля	Количество баллов		Литерат ура
		л	пр	Содержание	Часы		min	max	
<b>1-2</b>	«Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование». Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование в системе высшего профессионального физкультурного образования в педагогических университетах и институтах	2	2	Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта.	6	проверка конспекта, выступление с докладом			<b>[1-12]</b>
<b>3-4</b>	Из истории создания дисциплины ПФСС. Интегративный характер и место ПФСС в комплексе дисциплин предметной подготовки. Педагогическая сущность профессиональной деятельности преподавателя, тренера в физическом воспитании и спорте.	2	2	Позиции функционального назначения, профессиональных умений и способностей. Технология обучения профессиональной деятельности	6	Рубежное тестирование			<b>[1-12]</b>
<b>5-6</b>	Технология обучения студентов профессиональной деятельности в процессе ПФСС. Организация учебного процесса по ПФСС. Спорт и спортивная подготовка как основа содержания дисциплины «Педагогическое физкультурно-	2	2	Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального. Экономическая роль спорта, функция поднятия престижа страны, зрелищная роль, воспитательная роль.	6	Рубежное тестирование Зачет			<b>[1-12]</b>

	спортивное совершенствование». Спорт, его роль и организация в обществе								
<b>7-8</b>	Типы и виды спорта. Характеристика системы подготовки спортсменов. Спортивная подготовка как модель для освоения профессиональных умений и навыков.	2	2	Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов	4	Проверка конспекта			<b>[1-12]</b>
	<b>Текущая работа</b>						<b>0</b>	<b>20</b>	
	<b>1-я рубежная аттестация</b>						<b>0</b>	<b>30</b>	
<b>9-12</b>	Спортивная техника: характеристика, критерии эффективности. Спортивная стратегия и тактика: характеристика, критерии эффективности. Физические способности, кондиционная и координационная подготовка	4	4	Технология обучения технике спортивных двигательных действий. Структура обучения, задачи, средства и методы на этапах обучения	6	проверка конспекта, выступление с докладом			<b>[1-12]</b>
<b>13-14</b>	Сложно координационные виды спорта (на примере спортивной гимнастики). Характеристика спортивной гимнастики. Специфика спортивной гимнастики.	2	2	Соревнования как неотъемлемая часть спорта. Классификация соревнований. Особенности соревновательной и тренировочной деятельности, техники и тактики	6	Рубежное тестирование Зачет			<b>[1-12]</b>
<b>15-16</b>	Методика и организация отбора легкоатлетов. Легкая атлетика в учебных занятиях общеобразовательной школы.	2	2	Интегральная подготовка: задачи, средства, методы. Теоретическая подготовка.	5	Рубежное тестирование			<b>[1-12]</b>
<b>17-18</b>	Управление процессом подготовки спортсменов	2	2	Формирование основных составляющих профессионализма педагога по физической культуре и спорту (на основе избранного	6	Рубежное тестирование			<b>[1-12]</b>

				физкультурно-спортивного вида)					
	Текущая работа						0	20	
	2 –я рубежная аттестация						0	30	
	<b>ИТОГО</b>	18	18		45		0	100	

## **6. Образовательные технологии**

Для достижения планируемых результатов освоения дисциплины, используются различные образовательные технологии:

- методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями;
- метод, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков.

Методы обучения, направленные на первичное овладение знаниями:

- информационно-развивающие, такие как - демонстрация (демонстрация наглядных пособий, муляжей органов, табличного материала, слепков костей, использование дисплейного отражения информации – видеометод);
- объяснение материала;
- лекция-визуализация с использованием мультимедийных средств обучения;
- традиционные лекции и практические (семинарские) занятия с использованием современных интерактивных технологий;
- лекция-диалог – содержание подается через серию вопросов, на которые студент должен отвечать непосредственно в ходе лекции.
- онлайн-семинар – разновидность веб-конференции, проведение онлайн-встреч или презентаций через Интернет в режиме реального времени. Каждый из участников находится у своего компьютера (средства связи), а связь между ними поддерживается через Интернет посредством загружаемого приложения, установленного на компьютере каждого участника (Zoom, Meet, Skype и др.);
- видеоконференция – сеанс видеоконференцсвязи (ВКС) – это технология интерактивного взаимодействия двух и более участников образовательного процесса для обмена информацией в реальном режиме времени.

Метод обучения, направленный на совершенствование знаний и формирование умений и навыков:

- репродуктивный метод обучения.

Технология проблемного обучения включает проблемно-поисковый метод (организация коллективной мыслительной деятельности в работе малыми группами):

- активная работа по измерению функций организма человека.

Технология активного обучения включает групповой метод активного обучения и индивидуальный метод активного обучения.

Групповой метод активного обучения, включающий анализ конкретных ситуаций, имитационные упражнения.

Индивидуальный метод активного обучения (работа с тетрадью, конспектирование материала).

Технология оценивания достижений обучающихся (тестирование, опрос).

Технологии электронного обучения реализуются при помощи электронной образовательной среды СОГУ (при использовании ресурсов ЭБС), в ходе проведения автоматизированного тестирования и т.д.

## **7. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся является одним из видов учебных занятий. Самостоятельная работа студентов (СРС) является основой их профессионального становления, одной из ведущих форм организации учебного процесса.

Основными задачами СРС по курсу «Биология с основами экологии» являются:

- глубокое самостоятельное овладение теоретическим материалом курса;
- развитие профессионально значимых мотивов, умений и навыков;

- применение усвоенных знаний в практической деятельности, тренировочном процессе, в работе с детьми.
- развитие творческого потенциала личности каждого студента и таких важных качеств личности педагога, как трудолюбие, настойчивость в постановке и решении педагогических задач.

СРС проводится как в аудиторных; так и во внеаудиторных формах.

Аудиторная СРС осуществляется во всех видах занятий особенно, в ходе практических занятий и семинаров.

Элементы СРС целесообразно вводить в лекции. Осуществление СРС в ходе учебных занятий наиболее эффективно при использовании активных методов обучения. За период обучения студент должен овладеть ведущими способами применения средств физической культуры в физическом воспитании детей. СРС должна быть тесно связана УИРС.

Аудиторная СРС. Основной формой обучения является лекция; организация СРС в ходе ее чтения может осуществляться фрагментарно (работа с раздаточным материалом, получение обратной связи через срезовые работы и т.д.), исходя из этого, методика построения и чтения лекции должна быть направлена на развитие познавательной самостоятельности студентов, их мыслительной активности. Для решения этих задач используется создание проблемных ситуаций, элементы дискуссий, использование средств наглядности в качестве источника знаний и т.д.

На практических занятиях организуется дискуссия по теоретическим вопросам, рассмотрение альтернативных путей и методов решения задач, применяемых решений. По итогам занятия составляются таблицы, графики обобщающего характера. На занятиях целесообразно использовать методику «мозговой атаки», коллективных творческих дел.

Практические занятия должны полностью строиться на педагогически организованной самостоятельной работе студентов, которая по содержанию и организации носит самый разнообразный характер: анализ конкретных ситуаций и выработка плана их разрешения и т.д.

Внеаудиторная СРС осуществляется преимущественно на основе серий заданий студентам по проработке содержания прослушанных лекций, подготовке к практическим занятиям, самостоятельному изучению отдельных тем и разделов, написанию докладов. Эти задания могут носить общий для всех студентов характер, а могут быть и индивидуальными. Целесообразно их давать в вариантах «минимум» и «максимум», дифференцируя, таким образом, СРС по уровню сложности. При планировании СРС необходим строгий учет реального времени студентов. Контроль за выполнением заданий должен носить систематический характер и осуществляется на практических занятиях.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется на всем протяжении изучения дисциплины. В соответствии с утвержденной в учебном плане трудоемкостью она составляет 36 часов и состоит из:

- работы студентов с лекционными материалами, поиска и анализа литературы и электронных источников информации по заданной теме;
- выполнения заданий для самостоятельной работы в ЭИОС СОГУ;
- изучения теоретического материала для подготовки к практическим занятиям; подготовки к экзамену.

Темы и формы внеаудиторной самостоятельной работы, ее трудоёмкость содержатся в разделе 5, в таблице.

#### **Примерные темы для самостоятельной работы (подготовка домашних заданий)**

1. Оборудование и инвентарь для занятий по спортивным играм (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
2. Классификация техники игры в нападении (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
3. Классификация техники игры в защите (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).

4. Техника передвижений в нападении и защите, методика обучение.
5. Классификация тактики игры в нападении (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
6. Классификация тактики игры в защите (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
7. Техника владения мячом (игра в нападении) (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
8. Техника овладения мячом (игра в защите) (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
9. Методика обучения техническим приемам в нападении (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
10. Методика обучения техническим приемам в защите (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч).
11. Методика обучения индивидуальным, групповым и командным действиям в нападении
12. Методика обучения индивидуальным, групповым и командным действиям в защите.
13. Совершенствование техники игры (б/бол, в/бол, ф/бол, р/мяч)

## **7.2. Методические рекомендации по подготовке и проведению практических занятий**

Практическая работа - это такой метод обучения, при котором обучающиеся под руководством преподавателя и по заранее намеченному плану проделявают опыты или выполняют определенные практические задания и в процессе их воспринимают и осмысливают новый учебный материал.

Проведение практических работ с целью осмысления нового учебного материала включает в себя следующие методические приемы:

- постановку темы занятий и определение задач практической работы;
- определение порядка практической работы или отдельных ее этапов;
- непосредственное выполнение практической работы обучающимися и контроль учителя за ходом занятий и соблюдением техники безопасности;
- овладение основными методами, приемами, средствами и способами теоретического и экспериментального исследования в профессиональной деятельности;
- подведение итогов практической работы и формулирование основных выводов.

Устный опрос требует большой предварительной подготовки: тщательного отбора содержания, всестороннего продумывания вопросов, задач и примеров, которые будут предложены, путей активизации деятельности всех студентов группы в процессе проверки, создания на занятии деловой и доброжелательной обстановки.

Различают фронтальный, индивидуальный и комбинированный опрос.

*Фронтальный опрос* проводится в форме беседы преподавателя с группой. Он органически сочетается с повторением пройденного материала, являясь средством для закрепления знаний и умений. Его достоинство в том, что в активную умственную работу можно вовлечь всех студентов группы. Для этого вопросы должны допускать краткую форму ответа, быть лаконичными, логически взаимосвязанными друг с другом, даны в такой последовательности, чтобы ответы студентов в совокупности могли раскрыть содержание раздела, темы. С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение студентами домашнего задания, выяснить готовность группы к изучению нового материала, определить степень усвоения нового учебного материала, который был только что разобран на занятии.

*Индивидуальный опрос* предполагает обстоятельные, связные ответы студентов на вопрос, относящийся к изучаемому учебному материалу, поэтому он служит важным учебным средством развития речи, памяти, мышления обучающихся. Чтобы сделать такую проверку более глубокой, необходимо ставить перед студентами вопросы, требующие развернутого ответа.

Вопросы для индивидуального опроса должны быть четкими, ясными, конкретными, емкими, иметь прикладной характер, охватывать основной, ранее пройденный материал программы. Их содержание должно стимулировать студентов логически мыслить, сравнивать, анализировать, доказывать, подбирать убедительные примеры, устанавливать

причинно-следственные связи, делать обоснованные выводы и этим способствовать объективному выявлению знаний студентов.

Вопрос обычно задают всей группе и после небольшой паузы, необходимой для того, чтобы студенты поняли его и приготовились к ответу, вызывают для ответа конкретного студента.

*Письменная проверка* наряду с устной является важнейшим методом контроля знаний, умений и навыков студентов. Однородность работ, выполняемых студентами, позволяет предъявлять ко всем одинаковые требования и обеспечивает объективность оценки результатов обучения. Применение этого метода дает возможность в наиболее короткий срок одновременно проверить усвоение учебного материала всеми студентами группы, определить направления для индивидуальной работы с каждым.

Письменная проверка используется во всех видах контроля и осуществляется как в аудиторной, так и во внеаудиторной работе (выполнение домашних заданий).

### **7.3. Методические рекомендации по использованию информационно-коммуникационных технологий обучения**

Для изучения лекционного материала дисциплины могут применяться аудиовизуальные (мультимедийные) технологии, которые не отрицают традиционные, проверенные временем методы преподавания, но, при этом, они повышают наглядность, информативность, оперативность в подаче информации, позволяют экономить время занятий.

Каждое практическое занятие имеет свою особую форму проведения, свою методологическую специфику, что позволяет развивать у студентов общекультурные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции. Постановка проблемы, разбор актуальных конкретных и гипотетических ситуаций, создание атмосферы диалога между преподавателем и группой позволяет работать индивидуально и в малых группах, коллективно обсуждать определенный тематический материал, а также инициировать самостоятельную работу студентов. При осмыслении содержания вопросов занятий преследуется цель соблюдать преемственность в профессиональном и в творческом развитии студентов.

Компьютерное тестирование позволяет осуществлять итоговый контроль знаний студентов. Тестовый материал включает в себя содержание вопросов по каждому из обозначенных программой разделов.

Каждый вопрос предполагает один или несколько вариантов ответов, среди которых имеются абсолютно неверный, правильный и/или в большей или меньшей степени раскрывающий сущность вопроса. В тестовых заданиях есть вопросы на соответствие. В процессе компьютерного тестирования, задача студента определяется как выбор правильного ответа из многообразия вариантов.

Критерии оценивания по каждому виду работы содержатся в разделе 8 РПД.

### **7.4. Рекомендации студентам по изучению и конспектированию литературы**

Работа с учебной и научной литературой является важным и сложным видом самостоятельной работы. Существует основная и рекомендуемая студентам литература, изучение и проработка которой позволяют (в совокупности с изучением лекционного материала) освоить программу дисциплины «Биология с основами экологии» в требуемом объеме и с необходимым качеством результатов.

Особое внимание следует уделить изучению базовых учебных пособий, либо непосредственно относящихся к дисциплине «Биология с основами экологии», либо

включающих разделы и темы, которые отвечают содержанию дидактических единиц и программе по данной дисциплине.

Большую пользу дает изучение статей, в которых, как правило, рассматриваются современные проблемы изучаемой дисциплины, интересные научные факты и открытия.

Для лучшего усвоения материала рекомендуется осуществлять конспектирование литературы, делать для себя краткие записи (заметки).

### **7.5. Методические рекомендации по подготовке доклада**

**Доклад** – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

**Этапы подготовки доклада:**

1. Определение цели доклада.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада.
7. Заучивание, запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.
9. Обсуждение доклада.
10. Оценивание доклада

**Композиционное оформление доклада**– это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение(опровержение), заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название доклада;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.

Выступление состоит из следующих частей:

**Основная часть**, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

**Заключение**- это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

Регламент устного публичного выступления – не более 10 минут.

Искусство устного выступления состоит не только в отличном знании предмета речи, но и в умении преподнести свои мысли и убеждения правильно и упорядоченно, красноречиво и увлекательно.

Любое устное выступление должно удовлетворять *трем основным критериям*, которые в конечном итоге и приводят к успеху: это критерий правильности, т.е. соответствия языковым нормам, критерий смысловой адекватности, т.е. соответствия содержания выступления реальности, и критерий эффективности, т.е. соответствия достигнутых результатов поставленной цели.

Работу по подготовке устного выступления можно разделить на два основных этапа: докоммуникативный этап (подготовка выступления) и коммуникативный этап (взаимодействие с аудиторией).

Работа по подготовке устного выступления начинается с формулировки темы. Лучше всего тему сформулировать таким образом, чтобы ее первое слово обозначало наименование полученного в ходе выполнения проекта научного результата (например, «Технология изготовления...», «Модель развития...», «Система управления...», «Методика выявления...» и пр.). Тема выступления не должна быть перегруженной, нельзя "объять необъятное", охват большого количества вопросов приведет к их беглому перечислению, к декларативности вместо глубокого анализа. Неудачные формулировки - слишком длинные или слишком краткие и общие, очень банальные и скучные, не содержащие проблемы, оторванные от дальнейшего текста и т.д.

Само выступление должно состоять из трех частей – вступления (10-15% общего времени), основной части (60-70%) и заключения (20-25%).

Вступление включает в себя представление авторов (фамилия, имя отчество, при необходимости место учебы/работы, статус), название доклада, расшифровку подзаголовка с целью точного определения содержания выступления, четкое определение стержневой идеи. Стержневая идея проекта понимается как основной тезис, ключевое положение. Стержневая идея дает возможность задать определенную тональность выступлению. Сформулировать основной тезис означает ответить на вопрос, зачем говорить (цель) и о чем говорить (средства достижения цели).

Требования к основному тезису выступления:

- фраза должна утверждать главную мысль и соответствовать цели выступления;
- суждение должно быть кратким, ясным, легко удерживаться в кратковременной памяти;
- мысль должна пониматься однозначно, не заключать в себе противоречия.

В речи может быть несколько стержневых идей, но не более трех.

Самая частая ошибка в начале речи – либо извиняться, либо заявлять о своей неопытности. Результатом вступления должны быть заинтересованность слушателей, внимание и расположенность к презентатору и будущей теме.

К аргументации в пользу стержневой идеи проекта можно привлекать фото-, видеофрагменты, аудиозаписи, фактологический материал. Цифровые данные для облегчения восприятия лучше демонстрировать посредством таблиц и графиков, а не злоупотреблять их зачитыванием. Лучше всего, когда в устном выступлении количество цифрового материала ограничено, на него лучше ссылаться, а не приводить полностью, так как обилие цифр скорее утомляет слушателей, нежели вызывает интерес.

План развития основной части должен быть ясным. Должно быть отобрано оптимальное количество фактов и необходимых примеров.

В научном выступлении принято такое употребление форм слов: чаще используются глаголы настоящего времени во «вневременном» значении, возвратные и безличные глаголы, преобладание форм 3-го лица глагола, форм несовершенного вида, используются неопределенно-личные предложения. Перед тем как использовать в своей презентации корпоративный и специализированный жаргон или термины, вы должны быть уверены, что аудитория поймет, о чем вы говорите.

Если использование специальных терминов и слов, которые часть аудитории может не понять, необходимо, то постарайтесь дать краткую характеристику каждому из них, когда употребляете их в процессе презентации впервые.

Самые частые ошибки в основной части доклада - выход за пределы рассматриваемых вопросов, перекрывание пунктов плана, усложнение отдельных положений речи, а также перегрузка текста теоретическими рассуждениями, обилие затронутых вопросов (декларативность, бездоказательность), отсутствие связи между

частями выступления, несоразмерность частей выступления (затянутое вступление, скомканность основных положений, заключения).

В заключении необходимо сформулировать выводы, которые следуют из основной идеи (идей) выступления. Правильно построенное заключение способствует хорошему впечатлению от выступления в целом. В заключении имеет смысл повторить стержневую идею и, кроме того, вновь (в кратком виде) вернуться к тем моментам основной части, которые вызвали интерес слушателей. Закончить выступление можно решительным заявлением. Вступление и заключение требуют обязательной подготовки, их труднее всего создавать на ходу. Психологи доказали, что лучше всего запоминается сказанное в начале и в конце сообщения ("закон края"), поэтому вступление должно привлечь внимание слушателей, заинтересовать их, подготовить к восприятию темы, ввести в нее (не вступление важно само по себе, а его соотнесение с остальными частями), а заключение должно обобщить в сжатом виде все сказанное, усилить и сгустить основную мысль, оно должно быть таким, "чтобы слушатели почувствовали, что дальше говорить нечего" (А.Ф. Кони).

В ключевых высказываниях следует использовать фразы, программирующие заинтересованность. Вот некоторые обороты, способствующие повышению интереса:

- «Это Вам позволит...»
- «Благодаря этому вы получите...»
- «Это позволит избежать...»
- «Это повышает Ваши...»
- «Это дает Вам дополнительно...»
- «Это делает вас...»
- «За счет этого вы можете...»

После подготовки текста / плана выступления полезно проконтролировать себя вопросами:

- Вызывает ли мое выступление интерес?
- Достаточно ли я знаю по данному вопросу, и имеется ли у меня достаточно данных?
- Смогу ли я закончить выступление в отведенное время?
- Соответствует ли мое выступление уровню моих знаний и опыту?

При подготовке к выступлению необходимо выбрать способ выступления: устное изложение с опорой на конспект (опорой могут также служить заранее подготовленные слайды) или чтение подготовленного текста. Отметим, однако, что чтение заранее написанного текста значительно уменьшает влияние выступления на аудиторию. Запоминание написанного текста заметно сковывает выступающего и привязывает к заранее составленному плану, не давая возможности откликаться на реакцию аудитории.

Общеизвестно, что бесстрастная и вялая речь не вызывает отклика у слушателей, какой бы интересной и важной темы она ни касалась. И наоборот, иной раз даже не совсем складное выступление может затронуть аудиторию, если оратор говорит об актуальной проблеме, если аудитория чувствует компетентность выступающего. Яркая, энергичная речь, отражающая увлеченность оратора, его уверенность, обладает значительной внушающей силой.

Кроме того, установлено, что *короткие фразы* легче воспринимаются на слух, чем длинные. Лишь половина взрослых людей в состоянии понять фразу, содержащую более тринадцати слов. А третья часть всех людей, слушая четырнадцатое и последующие слова одного предложения, вообще забывают его начало. Необходимо избегать сложных предложений, причастных и деепричастных оборотов. Излагая сложный вопрос, нужно постараться передать информацию по частям.

Пауза в устной речи выполняет ту же роль, что знаки препинания в письменной. После сложных выводов или длинных предложений необходимо сделать паузу, чтобы слушатели могли вдуматься в сказанное или правильно понять сделанные выводы. Если

выступающий хочет, чтобы его понимали, то не следует говорить без паузы дольше, чем пять с половиной секунд (!).

Особое место в презентации проекта занимает обращение к аудитории. Известно, что обращение к собеседнику по имени создает более доверительный контекст деловой беседы. При публичном выступлении также можно использовать подобные приемы. Так, косвенными обращениями могут служить такие выражения, как «Как Вам известно», «Уверен, что Вас это не оставит равнодушными». Подобные доводы к аудитории – это своеобразные высказывания, подсознательно воздействующие на волю и интересы слушателей. Выступающий показывает, что слушатели интересны ему, а это самый простой путь достижения взаимопонимания.

Во время выступления важно постоянно контролировать реакцию слушателей. Внимательность и наблюдательность в сочетании с опытом позволяют оратору уловить настроение публики. Возможно, рассмотрение некоторых вопросов придется сократить или вовсе отказаться от них. Часто удачная шутка может разрядить атмосферу.

После выступления нужно быть готовым к ответам на возникшие у аудитории вопросы.

### **Примерная тематика докладов, сообщений, рефератов**

1. Критерии технического мастерства юных спортсмена.
2. Критерии тактического мастерства юных спортсменов.
3. Критерии физической подготовки юных спортсменов.
4. Психические качества в структуре соревновательной деятельности юных спортсмена.
5. Установка на игру (соревнование, старт), ведение игры, разбор игры (соревнований, старта).
6. Спортивная тренировка как основная форма подготовки юного спортсмена.
7. Физическая подготовка в процессе начального обучения спортивным навыкам.
8. Планирование, организация и проведение соревнований.
9. Задачи и содержание тренировочного процесса в подготовительном этапе.
10. Требования к педагогической деятельности современного тренера.
11. Методы обучения в виде спорта.
12. Структура учебно-тренировочного процесса.
13. Роль судьи в избранном виде спорта.
14. Спортивная стратегия и тактика
15. Задачи и содержание тренировочного процесса в соревновательном периоде.
16. Место соревнований в системе подготовки спортсменов различного возраста и спортивной квалификации.
17. Требования к технике безопасности в виде спорта. Состояние спортивных сооружений, инвентаря, оборудования.
18. Организация процесса спортивной тренировки.
19. Правила соревнований и их значение.
20. Составные части тренировки

### **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

#### **Методика формирования результирующей оценки:**

Рабочая программа предусматривает проведение практическим занятий, а также следующие виды работ: самостоятельную работу студентов по подготовке устных ответов, написанию письменных домашних заданий, подготовку докладов и обсуждение вопросов по темам дисциплины.

Рабочая программа предполагает текущий, рубежный и промежуточный контроль знаний обучающихся.

Форма промежуточного контроля – экзамен в первом и во втором семестре.

Способ накопления баллов описан в Положении о балльно-рейтинговой системе успеваемости студентов (принято на заседании Ученого Совета СОГУ 28.10.2011 г.).

Текущий контроль – это непрерывно осуществляемый мониторинг уровня усвоения знаний и формирования умений и навыков в течение семестра или учебного года. Текущий контроль знаний, умений и навыков студентов осуществляется в ходе учебных (аудиторных) занятий, проводимых по расписанию. Формами текущего контроля являются устный опрос на практических занятиях, а также короткие (например, до 15 мин.) тестовые задания, письменные контрольные работы, самостоятельное выполнение студентами определенного числа конспектов по заданной тематике, доклады.

Текущий контроль осуществляется в течение семестра на каждом практическом занятии, или через занятие в соответствии с учебной программой. Текущему контролю подлежит проверка исходного уровня знаний студента по теме занятия или/и степень усвоения знаний и навыков, полученных в ходе занятия.

На рубежные контрольные мероприятия рекомендуется выносить весь программный материал (все разделы) по дисциплине.

Итоговая оценка знаний студента, осуществляется по накопительной системе суммированием баллов, полученных в процессе текущего и рубежного контроля

Рубежный контроль осуществляется по более или менее самостоятельным разделам – учебным модулям курса и проводится по окончании изучения материала модуля в заранее установленное время. Рубежный контроль проводится с целью определения качества усвоения материала учебного модуля, в целом. В течение семестра проводится два таких контрольных мероприятия по графику.

### БАЛЛЬНАЯ СТРУКТУРА ОЦЕНКИ

<b>Форма контроля</b>	<b>Минимальное количество баллов</b>	<b>Максимальное количество баллов</b>
Текущая работа студентов в течение 1-8 недель в том числе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа на семинарских занятиях;</li> <li>• Посещение занятий;</li> <li>• Минитестирование;</li> <li>• Написание докладов и конспектов</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>0</b></p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p>	<p style="text-align: center;"><b>20</b></p> <p style="text-align: center;">10</p> <p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">5</p>
<b>1-ая рубежная контрольная работа-тест</b>	<b>0</b>	<b>30</b>
Текущая работа студентов в течение 10-19 недель в том числе: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Работа на семинарских занятиях;</li> <li>• Посещение занятий;</li> <li>• Минитестирование;</li> <li>• Написание докладов и конспектов</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>0</b></p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p> <p style="text-align: center;">0</p>	<p style="text-align: center;"><b>20</b></p> <p style="text-align: center;">10</p> <p style="text-align: center;">3</p> <p style="text-align: center;">2</p> <p style="text-align: center;">5</p>
<b>2-ая рубежная контрольная работа-тест</b>	<b>0</b>	<b>30</b>
<b>Итого</b>	<b>0</b>	<b>100</b>

## Порядок осуществления рубежного контроля и подсчёта итоговой оценки

**1-я рубежная аттестация** - максимально 50 баллов; из них:

От 0 до 30 баллов ( $P_1$ ) – аттестационная (рубежная) контрольная работа;

От 0 до 20 баллов ( $T_1$ ) – текущая работа студента в течение рубежа.

**2-я рубежная аттестация** – максимально 50 баллов; из них:

От 0 до 30 баллов ( $P_2$ ) – аттестационная (рубежная) контрольная работа.

От 0 до 20 баллов ( $T_2$ ) – текущая работа студента в течение рубежа.

**Экзамен (Э)** – максимально 60 баллов.

**Зачет (З)** – максимально 60 баллов

Минимальное количество баллов, которое студент может набрать в ходе изучения курса для получения зачета, – 56; максимальное – 100. Баллы складываются из следующих показателей: за регулярные выступления на семинарских занятиях – до 20 баллов за каждый рубеж; за тестирование – до 30 баллов на каждой рубежной контрольной, до 60 баллов на устном ответе.

Студент, набравший на рубежных аттестациях 36 и более баллов, **обязан сдавать экзамен (в устной форме) комиссионно** во время сессии. Итоговая оценка выводится следующим образом:

$$O = T_1 + T_2 + \frac{P_1 + P_2 + \text{Э}}{2}$$

Студент, набравший на рубежных аттестациях менее 36 баллов, к сдаче экзамена в сессию не допускается.

По предметам, имеющим форму контроля зачет, возможно проставление оценки «зачтено», если количество набранных баллов составляет 56 и более. Если же студент набрал менее 56 баллов, то он обязан сдавать зачет в сессию в таком же порядке, как и экзамен.

Если итоговая оценка выводится по материалам двух и более семестров, то итоговая оценка выставляется с учетом коэффициентов ( $0 < K_1, K_2 < 1$ ) за каждый семестр, определяемых преподавателем (лектором) по значимости или времени изучения учебного материала по семестрам

$$O = K_1(T_1 + T_2) + K_2(T'_1 + T'_2) + \frac{K_1(P_1 + P_2) + K_2(P'_1 + P'_2) + \text{Э}}{2}$$

(например, если 40 % программного материала по курсу приходится на 1 семестр ( $K_1 = 0,4$ ) и 60 % на второй семестр ( $K_2 = 0,6$ )).

## Шкала итоговой академической успеваемости студентов

Система оценок СОГУ		
Сумма баллов	Название	Числовой эквивалент
86 - 100	Отлично	5
71-85	Хорошо	4
56-70	Удовлетворительно	3

36-55	Неудовлетворительно	2
0-35		2

Пересчет полученной итоговой (О) суммы баллов по предмету в оценку производится по шкале:

- «отлично» - 86-100 баллов;
- «хорошо» - 71-85 баллов;
- «удовлетворительно» - 56-70 баллов;
- «зачет» - 56-100 баллов;

Студенты, набравшие 55 баллов и менее по дисциплинам, предусматривающим экзамен; по дисциплинам, предусматривающим зачёт – 55 балла и менее – получают оценку «неудовлетворительно» или «не зачтено» соответственно.

### 8.1. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости

#### *Критерии оценивания самостоятельной работы обучающихся по дисциплине*

*Критерии оценки устного и/или письменного ответа  
на практическом занятии*

Оценка	Критерий
5	Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, полностью раскрыта в ответе тема, ответ структурирован, даны правильные аргументированные ответы на уточняющие вопросы, демонстрируется высокий уровень участия в дискуссии.
4	Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, полностью раскрыта в ответе тема, даны правильные, аргументированные ответы на уточняющие вопросы, но имеются неточности, при этом ответ не структурирован и демонстрируется средний уровень участия в дискуссии.
3	Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, но при полном раскрытии темы имеются неточности, даны правильные, но не аргументированные ответы на уточняющие вопросы, демонстрируется низкий уровень участия в дискуссии, ответ не структурирован, информация трудна для восприятия.
2	Содержание ответа соответствует освещаемому вопросу, но при полном раскрытии темы имеются неточности, демонстрируется слабое владение категориальным аппаратом, даны правильные, но не аргументированные ответы на уточняющие вопросы, участие в дискуссии отсутствует, ответ не структурирован, информация трудна для восприятия.

#### **Критерии формирования оценок по подготовке сообщений, докладов**

1. Сообщение соответствует предложенной теме, имеет вступление, основную часть и заключение – 1 б.
  2. Тема раскрыта полностью, студент продемонстрировал способность анализировать разные точки зрения – 2 б.
  3. Сообщение сделано по 3-м источникам, исключая интернет-ресурсы – 1 б.
  4. Сообщение сделано с соблюдением норм современного русского литературного языка – 1 б.
- Максимальное количество баллов – 5.

**Примерные тестовые вопросы для контроля текущего контроля знаний,  
рубежной аттестации и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**(1 семестр) по баскетболу.**

1. Бег 28м (длина баскетбольной площадки) – выполняется с высокого старта, предоставляются 3 попытки.

2. Штрафные броски – выполняются поочередно в 2 кольца по 3 броска на одно кольцо в течении 2 мин. После бросков в каждое кольцо 2 мяча падает партнер, третий мяч снимает сам бросающий – 3 попытки.

3. Передачи на быстроту и точность выполняются в течении 20 сек, в круг диаметром 45 см, с расстояния 2,5м – 3 попытки

4 Комбинированное упражнение – выполняется 5 передач в стену с расстояния 2,5м, затем игрок с ведением продвигается к противоположному щиту обводит 3 стойки и выполняет бросок в движении из под кольца, ловит отскочивший мяч, ведет его прямолинейно к другому кольцу и выполняет бросок, сам снимает мяч и с ведением двигается обводя 3 стойки к другому кольцу, опять снимает мяч и продвигается с ведением к другому кольцу обводит центральный круг и завершает упражнение броском из под кольца. Упражнение проводится по правилам соревнований – предоставляются 3 попытки, 4 показания обязательны.

**1 курса (2 семестр) по баскетболу**

1. Челночный бег – выполняется из-под щита. Толчком двух ног достать щит, затем рывком до противоположного щита, толчком одной ноги коснуться рукой щита. Рывок в обратном направлении, опять толчком одной ноги коснуться рукой щита и т.д. Всего 5 касаний (3 попытки).

2. Броски с точек – выполняются с 5 точек по 4 броска, 2 броска с места (3-х очковые), 2 броска после ведения в прыжке. Всего 20 бросков (3 попытки).

3. Штрафные броски – выполняются на одно кольцо. Всего 20 бросков (3 попытки).

4. Комбинированное упражнение – выполняется 5 передач в стенку, затем игрок с ведением продвигается к противоположному щиту, обводит 3 стойки и выполняет бросок в кольцо. Ловит мяч и ведет его к другому кольцу, обводит центральный круг и выполняет бросок в кольцо, 2 попадания обязательны (3 попытки).

**1 рубеж  
Бег 28м (сек)**

Баллы	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Мужчины	4,1	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0
Женщины	4,5	4,6	4,7	4,8	4,9	5,0	5,1	5,2	5,3	5,4

**Штрафные броски**

Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Жен.															

**II рубеж  
Передачи**

Баллы	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Мужчины	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18
Женщины	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16

### Комбинированное упражнение

Бал.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	42.0	41.7	41.4	41.1	40.8	40.5	40.2	39.9	39.6	39.3	39.0	38,7	38.4	38.1	37.8	37,5
Жен.	47.0	46.5	46.0	45.5	45.0	44.5	44.0	43.3	43.0	42.5	42.0	41.5	41.0	40.5	40.0	39.5

### Условия выполнения контрольных нормативов для студентов 1 курса (2 семестр) по баскетболу

1. Челночный бег – выполняется из-под щита. Толчком двух ног достать щит, затем рывком до противоположного щита, толчком одной ноги коснуться рукой щита. Рывок в обратном направлении, опять толчком одной ноги коснуться рукой щита и т.д. Всего 5 касаний (3 попытки).
2. Броски с точек – выполняются с 5 точек по 4 броска, 2 броска с места (3-х очковые), 2 броска после ведения в прыжке. Всего 20 бросков (3 попытки).
3. Штрафные броски – выполняются на одно кольцо. Всего 20 бросков (3 попытки).
4. Комбинированное упражнение – выполняется 5 передач в стенку, затем игрок с ведением продвигается к противоположному щиту, обводит 3 стойки и выполняет бросок в кольцо. Ловит мяч и ведет его к другому кольцу, обводит центральный круг и выполняет бросок в кольцо, 2 попадания обязательны (3 попытки).

1 рубежная аттестация

#### Челночный бег

Бал.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муж.	21.8	21.6	21.4	21.2	21.0	20.8	20.6	20.4	20.2	20.0
Жен.	24.8	24.6	24.4	24.2	24.0	23.8	23.6	23.4	23.2	23.0

#### Бросок с точек

Бал.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Жен.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

2 рубежная аттестация

#### Штрафные броски

Бал.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Муж.	0	1	2	4	6	8	10	12	14	16	18
Жен.	0	1	2	4	6	8	10	12	14	16	18

Комбинированные упражнения

Бал.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Муж.	41.0	40.7	40.4	40.1	39.8	39.5	39.2	38.9	38.6	38.3	38.0	37.7	37.4	37.1	36.8	36.5
Жен.	46.0	45.5	45.0	44.5	44.0	43.5	43.0	42.3	42.0	41.5	41.0	40.5	40.0	39.5	39.0	38.5

**Условия выполнения контрольных нормативов для студентов 2курса  
(3 семестр) по волейболу.  
1 рубеж**

ТЕСТ					Результат/ Баллы												Min	
Передача мяча двумя руками сверху, снизу стоя у стены. (кол-во серий)					<1	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	10	
					0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
бросок набивного мяча (1кг) на дальность одной рукой с места ( м)	м	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	0	20
	ж	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
ИТОГО																	30	

**2 рубеж**

ТЕСТ	Результат/ Баллы																Min	max
Верхняя прямая подача на точность по зонам 1,6,5 (10 подач )	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10							0	10
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Прыжок в длину с места  (см)	м	200	205	210	215	220	225	230	235	240	245	250	255	260	265	270	0	20
	ж	160	165	170	175	180	185	190	195	200	205	210	215	220	225	230		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	20		
ИТОГО																	20	

**1 рубеж**

ТЕСТ		Результат: Баллы										Ми н	Max					
Передача мяча двумя руками сверху на точность в кольцо с 6 метров.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	10						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
Тест 9-3-6-3-9 м	М	25,8	25,6	25,4	25,2	25,0	24,8	24,6	24,4	24,2	24	23,8	23,6	23,4	23,2	23,0	0	20
	баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	20		
	Ж	28,8	28,6	28,4	28,2	28	27,8	27,6	27,4	27,2	27	26,8	26,6	26,4	26,2	26		

Тест			Результат. Баллы										Мин. Мах																
Прием мяча двумя руками снизу в зоне 6,в зоны 3.2. летящего с подачи (верх прямая подача)			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	10															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10																	
Метание набивного мяча сидя (1кг)				м											0	20													
				ж	3,0	3,5	4,0	4,05	5,0	5,5	6,0	6,5	7,0	7,5			8,0	8,5	9,0	9,5	10,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	13,0	13,5	14,0
			1	8,0																									
			2	8,5																									
			3	9,0																									
			4	9,5																									
			5	10,0																									
			6	10,5																									
			7	11,0																									
			8	11,5																									
			9	12,0																									
			10	12,5																									
			11	13,0																									
			12	13,5																									
			13	14,0																									
			14	14,5																									
15	15,0																												
ИТОГО													0	30															

**Условия выполнения контрольных нормативов для студентов I курса (5 семестр) по футболу.  
1 рубеж**

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min кол-во баллов	Max кол-во баллов
	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Передача мяча партнеру по воздуху, расст.20 м, правой-левой ногами (5+5) на точность (коридор точности 4 м)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	15
	Баллы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
Ведение, обводка фишек и передача мяча партнеру низом,расст.10 м, правой-левой ногами на точность(коридор точности 2 м)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	15
	Баллы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
ИТОГО												30	

**2 рубеж**

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min кол-во баллов	Max кол-во баллов
Удары по воздуху на точность в мини футбольные ворота правой-левой ногами. Расст.-15 м. 10 ударов (5 правой, 5 левой)	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	15
	Балл	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
Жонглирование мяча ногами-произвольно	Кол-во	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	0	15
	Баллы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
ИТОГО												30	

**Условия выполнения контрольных нормативов для студентов 3 курса**

(6 семестр) по футболу..

**1 рубеж**

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min кол-во баллов	Max кол-во баллов
	Кол-во	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	0	15
Жонглирование мяча головой	Баллы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
Диагональные передачи мяча	Кол-во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

на точность партнеру, 5 прав ой + 5 левой , расстояние 20 метров												0	10
	Бал лы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
<b>ИТОГО</b>												25	

2 рубеж

Контрольное упражнение	Результат/ Баллы											Min кол-во баллов	Max кол-во бал-лов
Удары мяча на дальность в сумме(правой -левой ногами)	Расс тояние м	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	0	15
	Бал -лы	2	4	6	8	10	11	12	13	14	15		
Держание мяча в парах ,1-2 касания, расстояние 5 метров.	Кол -во	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	0	15
	Бал лы	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
ИТОГО												30	

## Тесты для 4 курса (пед.обр.)

### 1. Структура урока:

подготовительная, основная, заключительная;  
вводная, подготовительная, основная, заключительная;  
вводная, основная, заключительная.

.....

### 2. Техника игры – это ...

это весь арсенал технических приемов освоенных в совершенстве для ведения игры  
это комплекс специальных приемов, необходимых спортсмену для успешного участия  
в игре  
это гармоничное сочетание всех элементов игры для достижения поставленной цели

### 3. Варианты техники – это ...

способы и варианты выполнения технических приемов на различных этапах подготовки;  
конечный уровень классификации, описывающий особенности выполнения технического  
приема при тактической реализации.

### 4. Каждый технический прием представляет собой ...

нечто целое, состоящее из связанных воедино частей, определенным

образом взаимодействующих друг с другом;  
систему движений решающих одну общую задачу.

.....

**5. Одной из основных задач подготовительной фазы любого технического приема является:**

быстро адаптировать спортсмена к меняющимся условиям игры  
приспособление данного приема к меняющимся условиям игры

**6. По классификации техника изначально делится на:**

технику нападения и технику защиты  
технику передач и технику ударов  
технику действий и технику противодействий

**7. К технике перемещения относятся ...**

ходьба, бег  
прыжки

**8. К технике владения мячом относятся ...**

перехват мяча  
передача мяча  
.....

**Физическое упражнение – это...**

такие виды двигательных действий (включая и совокупности их), которые направлены на реализацию задач физического воспитания и подчинены его закономерностям  
такие виды двигательных действий, которые направлены на гармоничное физическое развитие спортсмена

**9. Средствами тренировки являются**

вводные упражнения  
вспомогательные упражнения  
.....

**10. К общим физическим качествам нельзя отнести:**

силу;  
быстроту;  
выносливость;  
гибкость;  
ловкость;  
прыгучесть.

**11. К специальным физическим качествам нельзя отнести:**

«взрывная» сила;  
быстрота перемещения и прыгучесть;  
координационные способности;  
прыжковая и игровая выносливость;  
акробатическая и прыжковая ловкость.

## **12. Общая сила это - ...**

способность спортсмена преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий;  
способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

## **13. Проявление мышечной силы не зависит от...**

особенности организма в усваивании микро- и макроэлементов;  
концентрированности нервных процессов, регулирующих деятельность мышечного аппарата;  
физиологического поперечника мышц;  
биохимических процессов, происходящих в работающих мышцах, степени их утомления;  
биомеханических характеристик движения.

## **14. «Взрывная» сила это - ...**

способность спортсмена преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий;  
способность нервно-мышечной системы преодолевать сопротивление с высокой скоростью мышечного сокращения.

## **15. Прыгучесть это...**

способность спортсмена прыгать оптимально высоко  
способность спортсмена совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени;  
способность к многократному повторному выполнению прыжковых игровых действий с оптимальными мышечными усилиями;

## **16. Прыгучесть зависит от (определите правильные):**

длинны мышц  
скорости сокращения мышечных волокон  
степени тренированности мышц

## **17. Гибкость это...?**

способность спортсмена выполнять движения в суставах с большой амплитудой;  
способность управлять своими движениями и быстро перестраивать двигательную деятельность в соответствии с требованиями меняющейся обстановки;

## **Вопросы к экзамену по дисциплине**

1. Спорт, его роль и организация в обществе.
2. Техническая подготовка в гимнастике.
3. Функции спорта.
4. Интегральная подготовка.
5. Виды педагогических способностей.
6. Теоретическая подготовка.
7. Типы спорта.
8. Обучение студентов тактике игры в волейбол.
9. Формирование умений и навыков.
10. Модельные характеристики соревновательной и тренировочной деятельности в волейболе.
11. Характеристика спортивной гимнастики.
12. Спортивный отбор, его особенности на этапах многолетней подготовки.

13. Методы формирования умений и навыков.
14. Виды спорта.
15. Модельные характеристики соревновательной и тренировочной деятельности.
16. Педагогические принципы при обучении двигательному навыку.
17. Характеристика системы подготовки спортсменов.
18. Развитие физических качеств волейболистов.
19. Характеристика волейбола как игрового вида спорта.
20. Физическая подготовка.
21. Подготовка спортсменов высших разрядов.
22. Развитие физических качеств в гимнастике.
23. Специфические особенности гимнастических упражнений.
24. Освоение студентами навыков научно-методической деятельности.
25. Модельные характеристики соревновательной и тренировочной деятельности.
26. Спортивная работа в учреждениях высшего профессионального образования.
28. Подготовка спортсменов сфере массового спорта.
31. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
32. Тактическая подготовка в скоростно-силовых видах спорта.
33. Связь тренировки с соревновательной деятельностью.
35. Обучение студентов технике игры в волейбол.
36. Обучение студентов технике игры в баскетбол.
37. Обучение студентов технике игры в футбол.
38. Обучение студентов технике игры в ручной мяч.
36. Специфика вида спорта и продолжительность подготовки.
37. Развитие физических качеств в легкой атлетике
37. Факторы результативности в спортивной игре..
39. Спортивная работа в учреждениях высшего профессионального образования.
41. Специфика вида спорта и продолжительность подготовки.

**Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания**

<i>Уровень сформированности компетенций</i>			
«Минимальный уровень не достигнут» (менее 55 баллов)	«Минимальный уровень» (56-70 баллов)	«Средний уровень» (71-85 баллов)	«Высокий уровень» (86-100 баллов)
Компетенции не сформированы. Знания отсутствуют, умения и навыки не сформированы	Компетенции сформированы. Сформированы базовые структуры знаний. Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер. Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка	Компетенции сформированы. Знания обширные, системные. Умения носят репродуктивный характер, применяются к решению типовых заданий. Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка	Компетенции сформированы. Знания твердые, аргументированные, всесторонние. Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий. Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка
<i>Описание критериев оценивания</i>			
Обучающийся демонстрирует: - существенные пробелы в знаниях учебного материала; - допускаются принципиальные ошибки при ответе на основные вопросы билета, отсутствует знание и понимание основных понятий и категорий; - непонимание сущности дополнительных вопросов в рамках заданий билета; - отсутствие умения выполнять практические задания, предусмотренные программой дисциплины;	Обучающийся демонстрирует: - знания теоретического материала; - неполные ответы на основные вопросы, ошибки в ответе, недостаточное понимание сущности излагаемых вопросов; - неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; - недостаточное владение литературой, рекомендованной программой дисциплины; - умение без грубых ошибок решать практические	Обучающийся демонстрирует: - знание и понимание основных вопросов контролируемого объема программного материала; - твердые знания теоретического материала. - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории, выявлять противоречия, проблемы и тенденции развития;	Обучающийся демонстрирует: - глубокие, всесторонние и аргументированные знания программного материала; - полное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений, точное знание основных понятий в рамках обсуждаемых заданий; - способность устанавливать и объяснять связь практики и теории;

- отсутствие готовности (способности) к дискуссии и низкую степень контактности.	задания, которые следует выполнить.	- правильные и конкретные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы; - умение решать практические задания, которые следует выполнить; - владение основной литературой, рекомендованной программой дисциплины; - наличие собственной обоснованной позиции по обсуждаемым вопросам. Возможны незначительные оговорки и неточности в раскрытии отдельных положений вопросов билета, присутствует неуверенность в ответах на вопросы.	- логически последовательные, содержательные, конкретные и исчерпывающие ответы на все задания билета, а также дополнительные вопросы преподавателя; - умение решать практические задания; - свободное использование в ответах на вопросы материалов рекомендованной основной и дополнительной литературы.
<b>Оценка</b> «неудовлетворительно» / <b>незачтено</b>	<b>Оценка</b> «удовлетворительно» / <b>зачтено</b>	<b>Оценка</b> «хорошо» / <b>зачтено</b>	<b>Оценка</b> «отлично» / <b>зачтено</b>

## 9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

### а) основная литература

1. Учебно-методическое сопровождение профессионального образования в сфере физической культуры и спорта : практикум / авт.-сост. Н.Н. Грудницкая, Т.В. Мазакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016. – 120 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459310>
2. Минникаева, Н.В. Теория и методика физической культуры: избранные лекции : [16+] / Н.В. Минникаева, С.В. Шабашева ; Кемеровский государственный университет. –

- Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2016. – 144 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481577>
3. Кокоулина, О.П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-практическое пособие : [16+] / О.П. Кокоулина. – Москва : Евразийский открытый институт, 2011. – 144 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=90952>
  4. Трофимов, А.М. Теория двигательной активности и спортивной тренировки : учебное пособие / А.М. Трофимов ; Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина. – Елец : Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина, 2012. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=272334>
  5. Начальная подготовка баскетбольных судей : учебное пособие / В.А. Цимбалюк, Ю.П. Девяткин, Е.Ю. Ковыршина, Н.М. Цимбалюк. – Новосибирск : Новосибирский государственный технический университет, 2011. – 68 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228954>

## **2. Дополнительная литература:**

6. Подвижные игры : учебное пособие : [16+] / О.С. Шалаев, В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2019. – 159 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573661>
7. Кравчук, В.И. Легкая атлетика : учебно-методическое пособие : [16+] / В.И. Кравчук ; Кафедра физической культуры. – Челябинск : ЧГАКИ, 2013. – 184 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=492142>
8. Футбол: программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва : [12+] / под общ. ред. В.П. Губы. – Москва : Спорт : Человек, 2015. – 208 с. : табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430418>
9. Основы обучения технике игры в волейбол : учебное пособие / А.А. Гераськин, Б.П. Сокур, И.А. Рогов, Т.А. Колупаева ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. – 280 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336072>
10. Игнатьева, В.Я. Теория и методика гандбола : учебник : [12+] / В.Я. Игнатьева. – Москва : Спорт, 2016. – 328 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454242>
11. Баскетбол: основы обучения техническим приемам игры в нападении / сост. Д.П. Адейеми, О.Н. Сулейманова ; Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б. Н. Ельцина. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. – 40 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=275631>
12. Губа, В. Методология подготовки юных футболистов : учебно-методическое пособие : [12+] / В. Губа, А. Стула. – Москва : Спорт : Человек, 2015. – 185 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=460604>

**в) электронные библиотечные системы, с которыми у СОГУ имеется действующий договор, современные профессиональные базы, информационные справочные системы:**

1. [Электронная библиотека диссертаций и авторефератов РГБ \(ЭБД РГБ\)](#)
2. [ЭБС «Университетская библиотека ONLINE»](#)

3. [ЭБС «Научная электронная библиотека eLibrary.ru»](#)
4. [Универсальная база данных East View](#)
5. [Библиотека СОГУ им .К.Л. Хетагурова](#)
6. [ЭБС «Консультант студента» Студенческая электронная библиотека по медицинскому и фармацевтическому образованию, а также по естественным и точным наукам в целом](#)
7. [ЭБС «Юрайт» — образовательная среда, включающая виртуальный читальный зал учебников и учебных пособий от авторов из ведущих вузов России по всем направлениям и специальностям](#)
8. [Scopus](#) - крупнейшая база данных, содержащая краткое описание и сведения о цитировании рецензируемой литературы: научных журналов, книг и материалов конференций (<https://ru.service.elsevier.com/app/home/supporthub/scopus/>)

#### **10. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

**Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и практических занятий Дворец спорта: зал игровых видов спорта:**

Зал спортивных игр с трибунами оснащен табло с программным обеспечением. Площадки, оснащенные соответствующим оборудованием, мячи для спортивных игр, сетка волейбольная, стойки для волейбольной сетки, баскетбольные щиты, ворота, сетка, а также две комнаты для переодевания с душевыми отделениями и санузлом. Подсобное помещение с необходимым инвентарь для проведения учебно-тренировочных занятий по спортивным играм. S=981,8 кв.м.

#### **Состав лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>№ договора (лицензия)</b>
1	Программа для ЭВМ «Банк вопросов для контроля знаний»	Разработка СОГУ Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ №2015611829 от 06.02.2015 г. (бессрочно)
2	Система тестирования Sunrav WEB Class	№468 от 03.12.2013 ИП Сунгатулин Р.Т.(бессрочно)
3	«Галактика»	№31907480031 от 25.02.2018 г. (бессрочно)

## 11. Лист обновления/актуализации

Дополнения и изменения в учебной программе на 2018/2019 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования».

2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

3. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017, протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СОГУ».

1-я рубежная аттестации максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов - аттестационная (рубежная) контрольная работа;

от 0 до 25 баллов - текущая работа студента в течение рубежа.

2-я рубежная аттестация — максимально 50 баллов; из них:

от 0 до 25 баллов — аттестационная (рубежная) контрольная работа,

от 0 до 25 баллов — текущая работа студента в течение рубежа.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2018-2019 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 21 июня 2018 г, протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 25 июня 2018 г, протокол № 5.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

1. Внесены изменения в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания обучающихся очной формы по образовательным программам - программам бакалаврита и программам специалитета в Университете от 22.02.2017 протокол № 8 «О внесении изменений в Положение о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов Ф ГБОУ ВО «СО ГУ».

1 рубежная аттестации максимально 50 баллов;

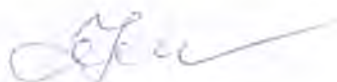
Текущая работа студента в течение рубежа 50 баллов.

Экзамен — максимально 50 баллов.

Зачет — максимально 50 баллов».

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2019-2020 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2019 г., протокол № 12.

Зав. кафедрой



Ф.Г. Хамикоев

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 5 июля 2019 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



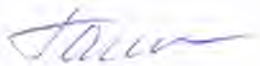
Ф.Г. Хамикоев

Дополнения и изменения в учебной программе на 2020/2021 учебный год

Изменения не вносились

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2020-2021 учебном году на заседании кафедры спортивных игр и медико-биологических дисциплин от 3 июля 2020 г., протокол № 11.

Зав. кафедрой



З.А. Гагиева

Программа одобрена на заседании Совета факультета физической культуры и спорта от 6 июля 2020 г., протокол № 6.

Председатель Совета факультета



Ф.Г. Хамикоев