

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Мухоморова Ирина Алексеевна
Должность: Ведущий специалист отдела МКФ
Дата подписания: 14.04.2026 01:17:00
Уникальный программный ключ:
a704735d5ef2b8c074250c71fd1f1621051fd8e1

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УРиЦТ

А.В. Павлова

22.05.2025

Рабочая программа дисциплины Адаптивная физическая культура

Закреплена за кафедрой

Кафедра адаптивной физической культуры

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 7

аудиторные занятия

38

самостоятельная работа

34

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс> , <Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Неделя	13			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	24	24	24	24
Практические	26	26	26	26
Итого ауд.	50	50	50	50
Контактная работа	50	50	50	50
Сам. работа	22	22	22	22
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Касмакова Лариса Евгеньевна; к.п.н., Доц., Парфенова Лариса Анатольевна; Шаймиева Альбина
Даяновна; Хасанова Сария Миннегалиевна

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 9

Зав. кафедрой Парфенова Л.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	изучение закономерностей, основных принципов и особенностей методик адаптивной физической культуры в работе с обучающимися/спортсменами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, средств и методов их коррекции
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Физическая культура и спорт	
2.1.2	Теория и методика физической культуры	
2.1.3	Физиология человека	
2.1.4	Спортивная физиология	
2.1.5	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	
2.1.6	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-9: Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	
УК-9.1: Владеет базовыми знаниями в области дефектологии	

Знать:

-знает особенности взаимодействия с людьми, имеющими психические и (или) физические недостатки;
 -знает базовые дефектологические трудности, иметь представления об инклюзии и инклюзивной компетентности, особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.

Уметь:

-умеет применять базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах;
 -умеет самостоятельно применять базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах с учетом социально-психологических особенностей лиц с ограниченными возможностями здоровья, взаимодействовать с людьми, имеющими психические и (или) физические недостатки

Владеть:

владеет навыками взаимодействия с людьми, имеющими психические и (или) физические недостатки.

УК-9.2:Использует базовые дефектологические знания в профессиональной деятельности

Знать:

знает содержание, компоненты и структуру инклюзивной компетентности, особенности применения базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах

Уметь:

умеет использовать знания о психологических особенностях лиц, имеющих физические или психические недостатки при взаимодействии с ними или в построении программ духовного сопровождения, помощи.

Владеть:

владеет базовыми дефектологическими знаниями, на их основе осуществлять деятельность в социальной и профессиональной сферах, с учетом социально-психологических особенностей людей, имеющих какие-либо ограничения здоровья.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Теоретико методологические основы адаптивной физической культуры						

1.1	Адаптивная физическая культура – как вид физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества. /Тема/	7	0				
1.2	Исторические аспекты развития АФК .Основные понятия и термины. Цель ,задачи и функции. /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1	Л1.1 Л1.2		
1.3	Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры. Средства, формы и принципы АФК. Концептуальные основы АФК. /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.4	Нормативно-правовое обеспечение адаптивной физической культуры /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.5	Организация адаптивного спорта в России и зарубежом /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.6	Организация адаптивного спорта в избранном виде (развитие в Мировом сообществе и в России) /Пр/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.7	Понятия «техническое средство», «тренажер», «инвентарь», «оборудование». Педагогические задачи адаптивной физической культуры. Средства адаптивной физической культуры. Основное средство адаптивной физической культуры является физическое упражнение. Дополнительные средства. Специальный спортивный инвентарь для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Средства вербального (речевого) воздействия. Идеомоторные и психорегулирующие упражнения. Средства обеспечения наглядности. Технические средства и тренажеры. Естественно средовые и гигиенические средства. /Ср/	7	17	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.8	Государственная программа «Доступная среда», направленная на создание равных возможностей для людей с инвалидностью и маломобильных групп населения /Пр/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.9	Адаптивная физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья /Тема/	7	0				

1.10	Адаптивная физическая культура для лиц с сенсорными нарушениями. Психолого-педагогическая характеристика . Особенности организации занятий. /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.11	Адаптивная физическая культура для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Психолого-педагогическая характеристика. Особенности организации занятий. /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.12	Адаптивная физическая культура для лиц с расстройствами аутистического спектра. Психолого-педагогическая характеристика. Особенности организации занятий. /Лек/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.13	Адаптивная физическая культура для лиц с задержкой психического развития и интеллектуальными нарушениями. Психолого-педагогическая характеристика. Особенности организации занятий. /Лек/	7	4	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.14	Комплекс физических упражнений для лиц поражением опорно-двигательного аппарата. Особенности организации занятий. /Пр/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.15	Подвижные игры с разной интенсивностью для лиц с нарушениями зрения и слуха. Особенности организации занятий. /Пр/	7	2	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.16	Особенности организации моторных дорожек для лиц с расстройствами аутистического спектра и задержкой психического развития. Особенности организации занятий с использованием адаптивно-спортивных технологий в АФК. /Пр/	7	4	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.17	Особенности написания план-конспекта и проведение инклюзивного тренировочного занятия спортсменов (нозологическую группу выберите самостоятельно) с использованием средств и методов адаптивной физической культуры. /Пр/	7	4	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
1.18	Особенности разработки положения инклюзивных соревнований по адаптивному спорту (бочча, волейбол сидя, радиальный баскетбол, флорбол, мини- футбол и пр.) или сценарий физкультурно-массового мероприятия (нозология- лица с нарушениями интеллекта). /Пр/	7	4	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			

1.19	Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья . /Ср/	7	17	УК-9.1-31 УК-9.1-У1 УК-9.1-В1 УК-9.2-31 УК-9.2-У1 УК-9.2-В1			
------	---	---	----	--	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Адаптивная физическая культура: понятие, цель, место в системе знаний. Связь АФК с другими областями научных знаний.
2. История, становление и развитие адаптивной физической культуры в нашей стране.
3. Принципы адаптивной физической культуры
4. Методы адаптивной физической культуры
5. Функции адаптивной физической культуры
6. Средства адаптивной физической культуры. Формы организации занятий в адаптивной физической
7. Адаптивное физическое воспитание - компонент (вид) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
8. Адаптивная двигательная рекреация-компонент (вид) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
9. Креативно телесно- ориентированные практики- компонент- (вид-) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
10. Адаптивный спорт -компонент (вид) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
11. Адаптивная физическая реабилитация -компонент (вид) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
12. Экстремальные виды двигательной активности -компонент (вид) адаптивной физической культуры. Определение, задачи, формы организации
13. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры
14. Развитие физических качеств и способностей у лиц с отклонениями в состоянии здоровья
15. Педагогические особенности работы с детьми, имеющими зрительную патологию. Характеристика здоровья и двигательных нарушений у слабовидящих и незрячих детей. Принципы коррекционной работы
16. Педагогические особенности работы с детьми, имеющими слуховую патологию. Характеристика здоровья и двигательных нарушений у слабослышащих и глухих детей. Принципы коррекционной работы
17. Педагогические особенности работы с детьми, имеющими интеллектуальные нарушения. Характеристика здоровья и двигательных нарушений у детей имеющих интеллектуальные нарушения. Принципы коррекционной работы
18. Педагогические особенности работы с детьми с поражением ОДА. Цель, задачи, методы и методические приемы организации и проведения коррекционной работы с детьми, имеющими диагноз ДЦП
19. Педагогические особенности работы с детьми расстройствами аутистического спектра. Психолого-педагогическая характеристика. Особенности организации занятий.
20. Организационно – управленческая структура адаптивной физической культуры. Организация адаптивной физической культуры в Российской Федерации и мировом сообществе
21. Главная цель, основные задачи адаптивного спорта. Ведущие функции и принципы адаптивного спорта.
22. Паралимпийское движение инвалидов как модель спорта здоровых спортсменов. Принципы спортивно-медицинской классификации спортсменов-паралимпийцев.
23. Основные виды адаптивного спорта, входящие в программы летних и зимних Паралимпийских игр.
24. Цель, принципы, основное содержание программ Специальной Олимпиады.
25. Цель, задачи, виды спорта в Сурдлимпийских играх.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

- I. Прохождение тестирования:
1. Интеграция в общество детей с ограниченными возможностями здоровья включает:
 - А. Развитие профессионально важных умений, физических и психических способностей, поощрение склонностей и интересов ребенка
 - Б. Формирование знаний, двигательных умений, физических качеств и способностей для создания предпосылок к полноценной самостоятельной жизни.
 - В. Освоение всех ценностей физической культуры, способствующих созданию условий равной личности, свободы самопроявления и самореализации.
 - Г. Воздействие общества и социальной среды на личность ребенка, активное участие в данном процессе самого ребенка, совершенствование самого общества.
 2. Основной и обязательной формой адаптивного физического воспитания в школе является: А. соревнования Б. физкультурная пауза В. урок физической культуры

3. В каких случаях ребенок не может быть допущен на занятия АФК?

А. Не прошел инструктаж по технике безопасности

Б. Не прошел медицинский осмотр

В. При наличии признаков ОРВИ

Г. Не имеет направления врача-педиатра

Варианты ответов: 1. Все правильно 2. Правильно А+Б+В 3. Правильно Б+В 4. Правильно Б+В+Г

4. Что означает принцип дифференциации и индивидуализации в работе с детьми- инвалидами?

А. Формирование групп из детей примерно одного возраста.

Б. Формирование групп из детей, ориентируясь на клинику основного дефекта.

В. Формирование групп из детей сходных по показателям соматического развития.

Г. Формирование групп из детей, имеющих качественные и количественные характеристики двигательной деятельности.

Варианты ответов: 1) правильно А+Б+В+Г 2) Правильно А+Б+В 3) Правильно Г 4) Правильно А +Г

5. Какие функции адаптивного физического воспитания детей с ОВЗ всех возрастных категорий являются ведущими?

А. Образовательная, развивающая, социализирующая, коммуникативная, воспитательная.

Б. Воспитательная, ценностно- ориентационная, гуманистическая, развивающая, профилактическая.

В. Коррекционно-компенсаторная, профилактическая, образовательная, развивающая, воспитательная.

Г. Развивающая, профессионально- подготовительная, интегративная, воспитательная, коррекционно- компенсаторная.

II. Разработать план-конспект и проведение инклюзивного тренировочного занятия спортсменов (нозологическую группу выберите самостоятельно) с использованием средств и методов адаптивной физической культуры.

III. Разработать положение инклюзивных соревнований по адаптивному спорту (бочча, волейбол сидя, радиальный баскетбол, флорбол, мини- футбол и пр.) или сценарий физкультурно-массового мероприятия (нозология- лица с нарушениями интеллекта).

IV. Подготовить и провести комплекс физических упражнений для лиц поражением опорно-двигательного аппарата

V. Подготовить и провести игры с разной интенсивности для лиц с нарушениями зрения и слуха

VI. Подготовить и провести моторные дорожки для с лиц с расстройствами аутистического спектра и задержкой психического развития.

5.4. Перечень видов оценочных средств

устный опрос

тестирование

практические задания

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Критерии итогового оценивания сформированности компетенций

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Евсеев С. П.	Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л1.2	Горелик В. В., Рева В. А.	История адаптивной физической культуры: учеб. пособие	Тольятти: ТГУ, 2012

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	В202С - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.2	В202:
7.3	компьютер ICL RAY,
7.4	проектор,
7.5	ТВ LG 55 дюймов,
7.6	акустическая система,
7.7	доступ к Интернету
7.8	Манипуляционный стол
7.9	Кушетка медицинская смотровая
7.10	Весы медицинские напольные Твес ВМЭН-200-50/100-ДЗ
7.11	Динамометр ручной ДС-100
7.12	Шведская стенка
7.13	Ростомер РМ 2 Диа-комс

7.14	Лента измерительная
7.15	Плантограф
7.16	Угломер ортопедический большой дл.370мм
7.17	Манжет для тренажера Бубновского
7.18	Гриф изогнутый
7.19	Тонометр OMRON M2 Classic
7.20	Динамометр становой ДК-500
7.21	Калипер
7.22	Спирометр портативный Спиротест УСПЦ-1
7.23	Палки гимнастиче-ские
7.24	Стойка для боди баров и гимнастических палок Plastep SB24
7.25	Многофункциональный тренажер Атлант
7.26	Брусья реабилитационные
7.27	Реабилитационный тренажер Капитан
7.28	Установка кинезотерапевтическая
7.29	Тренажер ступенька реабилитационный
7.30	Скамья для тренажера Бубновского
7.31	Диск балансировочный Star Fit
7.32	Мяч гимнастический Star Fit
7.33	Степ-платформа Star Fit
7.34	Медбол 1 кг, 3кг, 5 кг.
7.35	Полусфера.
7.36	Гантель виниловая 2 кг, 3 кг.
7.37	Бодибар 4кг, 5 кг,
7.38	Эспандер лыжника-пловца
7.39	Коврик рулонный 1800х600х10
7.40	Обруч пластиковый
7.41	Коврик массажный резиновый
7.42	Эспандер кистевой
7.43	Скакалка резиновая с пластмассовой ручкой
7.44	Блок для йоги
7.45	Мяч для гольфа звенящий 1,25кг
7.46	Мячи для паралимпийского бочче
7.47	Баскетбольный мяч
7.48	Волейбольный мяч
7.49	
7.50	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы. При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу. Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков практической подготовки, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа, наряду с аудиторными занятиями, является неотъемлемой частью изучения дисциплины.

Приступая к изучению дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести тетради для конспектирования лекций и практических занятий. К видам самостоятельной работы в рамках обучения относятся:

- самостоятельный поиск и изучение научных материалов в рамках курса, в том числе при подготовке к практическим занятиям;
- анализ изученных материалов и подготовка устных докладов и контрольной работы в соответствии с выбранной для этого вида работы темой;
- самостоятельное изучение определенных разделов и тем дисциплины;
- подготовка к аудиторным занятиям; - подготовка к промежуточному, текущему контролю знаний и навыков (в т.ч. к контрольным работам, тестированию и т.п.);
- подготовка к зачету или экзамену.

При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. При подготовке к зачету повторять пройденный материал в соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю. Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов, в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов. Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины

Профессионально-спортивное совершенствование

Закреплена за кафедрой **Кафедра теории и методики водных видов спорта**

Учебный план **49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)**

Квалификация **Тренер по виду спорта. Преподаватель.**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **23 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	828	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены 8
аудиторные занятия	390	зачеты 6, 4, 2
самостоятельная работа	402	
часов на контроль	36	

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		4 (2.2)		5 (3.1)		6 (3.2)		7 (4.1)		8 (4.2)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6		18 2/6		18 2/6		13		13 3/6		13		11 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Практические	44	44	60	60	64	64	66	66	40	40	54	54	44	44	40	40	412	412
Итого ауд.	44	44	60	60	64	64	66	66	40	40	54	54	44	44	40	40	412	412
Контактная работа	44	44	60	60	64	64	66	66	40	40	54	54	44	44	40	40	412	412
Сам. работа	28	28	84	84	44	44	78	78	32	32	54	54	28	28	32	32	380	380
Часы на контроль															36	36	36	36
Итого	72	72	144	144	108	108	144	144	72	72	108	108	72	72	108	108	828	828

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Гибадуллин Марат Рустамович; к.п.н., Доц., Золотова Елена Анатольевна; Ст. преп., Копылов Константин Васильевич;
Ст. преп. Орлов Артур Владимирович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 03.04.2025 г. № 9

И.о. зав. кафедрой Гибадуллин М.Р.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цели освоения дисциплины: повышать уровень физической, технической, психологической, теоретической и тактической подготовленности. Совершенствовать навыки соревновательной деятельности. Поддерживать высокий уровень спортивного мастерства.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**ПК-2: Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство**

ПК-2.1:Повышает уровень физической, технической, психологической теоретической и тактической подготовленности

Знать:

Знает объекты контроля и показатели технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, интегральной сторон подготовленности

Уметь:

Умеет планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов

Владеть:

Владеет выявлением и оценки уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку

ПК-2.2:Совершенствует навыки соревновательной деятельности

Уметь:

Планировать и проводить мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов.

ПК-2.3:Поддерживает высокий уровень спортивного мастерства

Знать:

Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта.

Владеть:

Выявление и оценка уровня и качества аналитической (технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной) и интегральной подготовленности спортсменов и фиксация всех обязательных показателей в документах учета, установленных организацией, осуществляющей спортивную подготовку.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел №1						
1.1	Основы обучения элементам техники ИВС /Тема/	1	0				

1.2	Практическое занятие № 1-5 (10 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Организация занятий и управление группой. Проведение учебных занятий с применением методических принципов и методов физического воспитания. Общая и специальная разминка, цели и задачи. Количество упражнений в общей и специальной разминке, дозировка и методические указания. /Пр/	1	10	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.3	Основы совершенствования физических качеств. /Тема/	1	0				
1.4	Практическое занятие № 6-10 (10 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Реализация на практике основных этапов обучения элементам техники в ИВС и совершенствования физических качеств. /Пр/	1	10	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.5	Формирование психофизических качеств в процессе физического воспитания. /Тема/	1	0				

1.6	Практическое занятие № 11-14 (8 часов). Учебная практика. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Объяснение и показ общеразвивающих и специальных упражнений. Выявление и исправление ошибок. ОФП и СФП Психофизические качества. Упражнения на развитие и совершенствование психофизических качеств необходимы в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения упражнений различной направленности и характера. /Пр/	1	8	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.7	Общая физическая подготовка /Тема/	1	0				

1.8	Практическое занятие № 15-17 (6 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Организация занятий и управление группой. Проведение строевых упражнений, овладение командами для построения. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Объяснение и показ общеразвивающих и специальных упражнений. Выявление и исправление ошибок. ОФП и СФП. ОРУ без предметов на месте. Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. Профилактика травматизма на занятиях. /Пр/	1	6	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.9	Специальная физическая подготовка /Тема/	1	0				

1.10	Практическое занятие № 18-20 (6 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Организация занятий и управление группой. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Объяснение и показ общеразвивающих и специальных упражнений. Выявление и исправление ошибок. ОФП и СФП. ОРУ без предметов на месте. Специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. /Пр/	1	6	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.11	Самоконтроль в спорте /Тема/	1	0				
1.12	Практическое занятие № 21-22 (4 часа). Дневник тренировок. Показатели самоконтроля: субъективные показатели (сон, аппетит, настроение, потливость, желание тренироваться и др.); объективные исследований (ЧСС, масса тела, ЧД, кистевая и станова динамометрия и др.); характеристики тренировочных нагрузок (километры, килограммы, продолжительность и т.д.). Реализация на практике основных этапов обучения элементов техники в ИВС с различными возрастными категориями занимающихся. /Пр/	1	4	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
1.13	Самостоятельная работа /Тема/	1	0				

1.14	Самостоятельная работа /Ср/	1	28	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 2. Раздел №2						
2.1	Составление фрагмента конспекта по обучению элементам техники в ИВС /Тема/	2	0				
2.2	Практическое занятие № 1-10 (20 часов). Учебная практика. Основные правила написания фрагмента конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Проведение основной части с реализацией образовательной задачи. Организация занятий и управление группой. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Объяснение и показ общеразвивающих и специальных упражнений. Выявление и исправление ошибок. ОФП и СФП. ОРУ с предметами на месте. /Пр/	2	20	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
2.3	Составление конспекта и проведение занятия по ИВС /Тема/	2	0				

2.4	Практическое занятие № 11-26 (32 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение тренировочного занятия. Организация занятий и управление группой. Составление комплексов общеразвивающих и специальных упражнений в соответствии с задачами основной части занятия. Объяснение и показ общеразвивающих и специальных упражнений. Выявление и исправление ошибок. ОФП и СФП. ОРУ без предметов в движении. Подбор упражнений для решения основной части занятий по овладению основными элементами техники в ИВС. Реализация принципов обучения основными элементами техники в ИВС и техники соревновательного упражнения в целом. /Пр/	2	32	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
2.5	Контроль технических умений /Тема/	2	0				
2.6	Практическое занятие № 27-30 (8 часов). Сдача контрольных нормативов предусмотренных в ИВС по общей и специальной физической, а так же технической подготовке. /Пр/	2	8	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
2.7	Самостоятельная работа /Тема/	2	0				
2.8	Самостоятельная работа /Ср/	2	84	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 3. Раздел №3						
3.1	Методика обучения технических элементов в ИВС. Техническая подготовка: элементы техники, соревновательное упражнение /Тема/	3	0				

3.2	Практическое занятие № 1-18 (36 часов). Реализация на практике основных этапов обучения элементов техники в ИВС в тренировочном процессе: 1 этап: Этап начального разучивания техники. Задача: Создать у занимающихся правильное представление о технике в ИВС. Средства: Объяснение упражнения, указание его основных закономерностей и условия выполнения по правилам соревнований. Совершенный показ техники упражнения. Иллюстрация техники упражнения различными наглядными пособиями и указания о способах овладения упражнением. Подготовительные упражнения, позволяющие составить представление о технике изучаемого упражнения. 2 этап: Этап углубленного разучивания техники. Задача: Овладеть техникой основного звена упражнения, его деталями и техникой упражнения в целом. Средства: Специальные подготовительные упражнения для овладения основным звеном в ИВС. Изучаемое упражнение в упрощенном виде с сосредоточением внимания занимающихся на главной фазе. Изучаемое упражнение в упрощенном виде с сосредоточением внимания занимающихся на основные стороны движения в деталях. Изучение упражнения в целом применительно к условиям соревнований. 3 этап: Этап совершенствования техники. Задача: Уточнить индивидуальные особенности техники обучаемых и определить пути дальнейшего совершенствования техники. Средства: Выполнение изучаемого упражнения различными вариантами и выбор индивидуально лучшего движения. Выполнение упражнения на результат с оценкой техники движения.	3	36	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
-----	---	---	----	--	--	--	--

	Определение индивидуальных заданий для достижения более высокого спортивного результата в ИВС. /Пр/						
3.3	Физическая подготовка в спортивной тренировке. /Тема/	3	0				
3.4	Практическое занятие № 19-32 (28 часов). Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, в том числе необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. /Пр/	3	28	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
3.5	Самостоятельная работа /Тема/	3	0				
3.6	Самостоятельная работа /Ср/	3	44	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 4. Раздел №4						
4.1	Тактическая подготовка /Тема/	4	0				
4.2	Практическое занятие № 1-13 (26 часов). Тактическая подготовка в ИВС. Последовательность обучения тактике. Моделирование тактических ситуаций /Пр/	4	26	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
4.3	Психологическая подготовка и морально-волевая /Тема/	4	0				
4.4	Практическое занятие № 14-18 (10 часов). Морально-волевая и психологическая подготовка. Подбор упражнения направленных на развитие и совершенствование психологических качеств и свойств личности необходимы в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения упражнений различной направленности и характера /Пр/	4	10	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
4.5	Интегративная подготовка /Тема/	4	0				

4.6	Практическое занятие № 19-27 (18 часов). Интегративная подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, в том числе необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. Подбор упражнения направленных на развитие и совершенствование психологических качеств и свойств личности необходимы в ИВС. Выполнение элементов техники ИВС различными вариантами и выбор индивидуально. Выполнение элементов техники в ИВС на результат с оценкой техники в целом. Определение индивидуальных заданий для достижения более высокого спортивного результата в ИВС. /Пр/	4	18	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
4.7	Правила соревнований в ИВС /Тема/	4	0				
4.8	Практическое занятие № 28-33 (12 часов). Правила соревнований в ИВС. Организация и проведение соревнований по правилам принятым в ИВС: положение, программа, график проведения, судейская коллегия, место проведения и оборудование. Проведение соревнований в ИВС в рамках внутри вузовских соревнований /Пр/	4	12	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
4.9	Самостоятельная работа /Тема/	4	0				
4.10	Самостоятельная работа /Ср/	4	78	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 5. Раздел №5						
5.1	Методика совершенствования технических элементов в ИВС /Тема/	5	0				

5.2	Практическое занятие № 1-12 (24 часов). Учебная практика. Реализация на практике методики совершенствования элементов техники в ИВС в тренировочном процессе. Задача: Уточнить индивидуальные особенности техники обучаемых и определить пути дальнейшего совершенствования техники. Средства: Выполнение изучаемого упражнения различными вариантами и выбор индивидуально лучшего движения. Выполнение упражнения на результат с оценкой техники движения. Определение индивидуальных заданий для достижения более высокого спортивного результата в ИВС /Пр/	5	24	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
5.3	Тактическая подготовка /Тема/	5	0				
5.4	Практическое занятие № 13-20 (16 часов). Тактическая подготовка в ИВС. Последовательность обучения тактике. Моделирование тактических ситуаций /Пр/	5	16	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
5.5	Самостоятельная работа /Тема/	5	0				
5.6	Самостоятельная работа /Ср/	5	32	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 6. Раздел №6						
6.1	Физическая подготовка в спортивной тренировке: общая и специальная физическая подготовка /Тема/	6	0				
6.2	Практическое занятие № 16-27 (24 часов). Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, в том числе необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. /Пр/	6	24				
6.3	Технико-тактическая подготовка /Тема/	6	0				

6.4	Практическое занятие № 1-10 (15 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Организация тренировочных занятий и управление группой. Составление комплексов упражнений по технической подготовке. /Пр/	6	15	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
6.5	Практическое занятие № 11-15 (15 часов). Тактическая подготовка в ИВС. Последовательность обучения тактике. Общая и специальная тактическая подготовка. /Пр/	6	15	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
6.6	Самостоятельная работа /Тема/	6	0				
6.7	Самостоятельная работа /Ср/	6	54	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 7. Раздел №7						
7.1	Психологическая, морально-волевая и интеллектуальная подготовка. /Тема/	7	0				

7.2	Практическое занятие № 1-13 (26 часов). Психологическая и морально-волевая подготовка. Подбор упражнений, направленных на развитие и совершенствование психологических качеств и свойств личности необходимы в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения упражнений различной направленности и характера. Интеллектуальная подготовка. Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, в том числе необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. Подбор упражнения направленных на развитие и совершенствование психологических качеств и свойств личности необходимы в ИВС. Выполнение элементов техники в ИВС различными вариантами и выбор индивидуально. Выполнение элементов техники на результат с оценкой техники в целом. Определение индивидуальных заданий для достижения более высокого спортивного результата в ИВС. /Пр/	7	26	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
7.3	Организация и проведение соревнований в ИВС. /Тема/	7	0				
7.4	Практическое занятие № 14-22 (18 часов). Правила соревнований в ИВС. Организация и проведение соревнований по правилам принятым в ИВС: положение, программа, график проведения, судейская коллегия, место проведения и оборудование. Проведение соревнований в ИВС в рамках внутри вузовских соревнований. /Пр/	7	18	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
7.5	Самостоятельная работа /Тема/	7	0				
7.6	Самостоятельная работа /Ср/	7	28	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			

	Раздел 8. Раздел 8						
8.1	Методика обучения техническим элементам в ИВС. /Тема/	8	0				
8.2	Практическое занятие № 1-10 (20 часов). Учебная практика. Основные правила написания конспекта. Проведение подготовительной части занятия. Организация занятий и управление группой. Реализация на практике основных этапов обучения элементов техники в ИВС в тренировочном процессе. /Пр/	8	20	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
8.3	Физическая подготовка в спортивной тренировке: общая и специальная физическая подготовка. /Тема/	8	0				
8.4	Практическое занятие № 11-20 (20 часов). Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения на развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, в том числе необходимых в ИВС. Основные правила подбора, дозировки и проведения физических упражнений различной направленности и характера. /Пр/	8	20	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
8.5	Самостоятельная работа /Тема/	8	0				
8.6	Самостоятельная работа /Ср/	8	32	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			
	Раздел 9. Раздел №9						
9.1	Экзамен /Тема/	8	0				
9.2	Экзамен /Экзамен/	8	36	ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Плавание

Вопросы к зачету

1. Цели, задачи, средства и методы начального этапа обучения технике плавания спортивными способами.
2. Цели, задачи, средства и методы углубленного разучивания и совершенствования техники плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй).
3. Цели, задачи, средства и методы этапа автоматизации и совершенствования техники плавания в условиях повышенной координационной сложности (скоростные отрезки, повороты, старты).
4. Фазы формирования двигательного навыка в плавании и их взаимосвязь с этапами обучения.

5. Методика предупреждения и исправления типичных ошибок в технике плавания (по способам).
6. Контроль и оценка эффективности обучения технике плавания (педагогические, визуальные, инструментальные методы).
7. Условия, необходимые для эффективной организации учебно-тренировочного процесса в плавании (акватория, инвентарь, оборудование, безопасность).
8. Совершенствование элементов гребка в плавании с целью повышения скорости продвижения.
9. Средства и методы, сокращающие время опорной фазы и увеличивающие эффективность гребка (тяговые устройства, гидроканалы, видеопетли).
10. Формы организации учебно-тренировочного процесса в плавании (групповые, индивидуальные, круговые, соревновательные).
11. Контроль и оценка эффективности результатов обучения плаванию (выполнение контрольных нормативов, соревновательная деятельность).
12. Корректировка процесса обучения на основе педагогического контроля.
13. Особенности тренировки пловцов юношеского возраста: задачи, средства, методы, планирование нагрузок.
14. Техника безопасности при проведении занятий по плаванию.
15. Характеристика анатомо-физиологических и психологических особенностей юных пловцов. Влияние занятий плаванием на физическое развитие.
16. Особенности тренировки женщин и девушек в плавании: планирование, подбор средств, учёт биологических циклов.
17. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по плаванию (структура, режим, сочетание сухой и водной подготовки).
18. Воспитательная работа с юными пловцами, формирование мотивации к тренировочному процессу и соревнованиям.
19. Определение уровня специальной подготовленности пловцов: тесты в воде (скоростные возможности, выносливость, запас скорости).
20. Анализ эффективности учебно-тренировочного процесса: критерии оценки, корректировка программ.
21. Основные направления подготовки пловцов (техническая, физическая, тактическая, психологическая) и их комплексное решение.
22. Оценка эффективности развития физических качеств: методы тестирования выносливости, скоростно-силовых способностей.
23. Уровень тактической подготовленности пловцов: выбор тактики прохождения дистанции, распределение сил.
24. Оценка эффективности специальной подготовки пловца (гребковое усилие, гидродинамическая поза, темпоритмовая структура).
25. Определение последовательности обучения техническим элементам в плавании (от простого к сложному, от имитации к целостному движению).
26. Использование соревновательного метода для мобилизации физических и психических возможностей пловцов.
27. Прогнозирование спортивно-технических результатов в плавании на основе модельных характеристик.
28. Соревнования как средство оценки технической, тактической и психологической подготовленности пловцов.
29. Применение в тренировочном процессе средств и методов, используемых сильнейшими пловцами (анализ передового опыта).
30. Оценка эффективности личного тренировочного процесса (ведение дневника спортсмена, динамика результатов).
31. Методы организации занятий и регулирование интенсивности тренировочной нагрузки (зоны интенсивности по ЧСС, лактату).
32. Методика воспитания основных физических качеств пловцов (выносливость, сила, координация).
33. Оценка уровня развития физических качеств: нормативные требования, тесты ОФП и СФП.
34. Особенности развития физических качеств у женщин и подростков в плавании.
35. Классификация средств тренировки в плавании (общеподготовительные, специально-подготовительные, соревновательные).
36. Принципы спортивной тренировки (специализации, непрерывности, волнообразности, цикличности) и их реализация в плавании.
37. Методы тренировки, применяемые в плавании (равномерный, переменный, интервальный, повторный, соревновательный, игровой).
38. Особенности проведения тренировочной работы с юными пловцами и девушками: гигиенические требования, дозирование нагрузок, психологическая поддержка.

Вопросы к экзамену

1. Характеристика микроциклов в подготовке пловцов (втягивающие, ударные, восстановительные, подводящие).
2. Планирование тренировочного процесса: оперативное, текущее, перспективное (этапное).
3. Планирование в многолетней подготовке пловцов (этапы: предварительной подготовки, начальной специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, высшего мастерства).
4. Характеристика мезоциклов (базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный) и их использование в плавании.
5. Структура годичного цикла подготовки в плавании: периоды (подготовительный, соревновательный, переходный), этапы, задачи.
6. Спортивная тренировка как многолетний, круглогодичный, систематизированный педагогический и учебно-тренировочный процесс.
7. Моделирование соревновательной деятельности в плавании: модельные характеристики, факторы, лимитирующие результат.

8. Научно-методическое обеспечение подготовки пловцов высокой квалификации.
9. Планирование подготовки в четырёхлетнем (олимпийском) цикле на этапе высших достижений.
10. Управление командой (сборной), отбор в команду, комплектование эстафетных команд.
11. Управление состоянием и подготовленностью пловца (мониторинг функционального состояния, коррекция нагрузок).
12. Корректировка планов тренировочного процесса на различных этапах подготовки (по результатам контроля).
13. Обзор научных исследований в области плавания (современные тенденции, инновации).
14. Физиологические и биохимические особенности адаптации организма пловца к тренировочным нагрузкам.
15. Характеристика физических качеств пловцов: структура, сенситивные периоды развития.
16. Средства восстановления, применяемые после тренировочных нагрузок в плавании (педагогические, медико-биологические, психологические).
17. Классификация средств тренировки, используемых в плавании.
18. Методика развития быстроты у пловцов средствами ОФП и СФП.
19. Методика развития силовых качеств средствами ОФП и СФП (на суше и в воде).
20. Методы и средства тренировки для развития быстроты движений (темп, частота гребков, скорость стартового прыжка).
21. Управление состоянием и подготовленностью пловцов с использованием информационных технологий.
22. Классификация методов тренировки (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный) и их применение.
23. Методы тестирования уровня развития выносливости в плавании (тесты на открытой воде, в бассейне, определение анаэробного порога).
24. Тактическая подготовка пловца: тактика прохождения дистанции, тактические варианты на разных дистанциях.
25. Методы контроля эффективности специальной подготовки (педагогические, инструментальные, биомеханические).
26. Дополнительные средства ускорения процессов восстановления (сауна, массаж, гидропроцедуры, электромиостимуляция).
27. Система управления подготовкой пловцов высшей квалификации.
28. Медико-биологические показатели работоспособности и функционального состояния пловцов.
29. Методика развития специальной выносливости (скоростной, силовой, анаэробной, аэробной) в плавании.
30. Способность к тактическому мышлению в соревновательной деятельности: анализ соперников, принятие решений.
31. Оценка эффективности техники в плавании (коэффициент эффективности гребка, гидродинамическое сопротивление).
32. Принципы тренировки (специализации, индивидуализации, непрерывности, цикличности, единства постепенности и тенденции к максимальным нагрузкам).
33. Тактика ведения гонки на короткие, средние и длинные дистанции в плавании.
34. Методы тренировки, применяемые в плавании (равномерный, переменный, интервальный, повторный, контрольный, соревновательный).
35. Система оценки эффективности тренировочного процесса (критерии, показатели, рейтинговая система).
36. Инструментальные методы исследований в плавании (гидроканал, видеокomпьютерный анализ, пульсометрия, газоанализ).
37. Система тренировочных нагрузок как специфический метод управления процессом спортивной подготовки.
38. Обзор научных исследований в области плавания, имеющих значение для развития теории и практики подготовки.
39. Основные направления подготовки пловцов и их комплексное решение на разных этапах годового и многолетнего цикла.
40. Организация и проведение соревнований по плаванию (правила, судейство, документация).
41. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по плаванию с учётом специфики вида.
42. Контроль тренера за ходом процесса совершенствования техники с использованием педагогических наблюдений и видеозаписи.
43. Инструментальные методики оценки технического мастерства пловцов (видеоанализ, тензометрия, гидродинамические датчики).
44. Использование средств срочной информации для определения параметров технического мастерства (видеообратная связь, силовые платформы на старте).
45. Характеристика анатомо-физиологических особенностей юных пловцов.
46. Инновационные подходы в подготовке пловцов (гипоксическая тренировка, использование искусственного течения, методы психорегуляции).

Синхронное плавание

Вопросы к зачету

1. Цели, задачи, средства и методы начального этапа обучения технике синхронного плавания.
2. Цели, задачи, средства и методы углубленного разучивания и совершенствования базовых фигур, элементов хореографии и произвольных программ.
3. Цели, задачи, средства и методы этапа автоматизации и совершенствования соревновательных комбинаций в условиях повышенной координационной сложности (групповые взаимодействия, поддержки).
4. Фазы формирования двигательного навыка в синхронном плавании и их взаимосвязь с этапами обучения.
5. Методика предупреждения и исправления типичных ошибок в технике исполнения фигур (горизонтальные и

вертикальные позы, поддержки).

6. Контроль и оценка эффективности обучения технике синхронного плавания (визуальное судейство, видеоанализ, объективные критерии качества).

7. Условия, необходимые для эффективной организации учебно-тренировочного процесса в синхронном плавании (бассейн, оборудование подводного звука, зеркала, хореографический зал).

8. Совершенствование элементов техники (фигур) с целью повышения артистической и технической оценки.

9. Средства и методы, улучшающие качество исполнения вертикальных поз и поддержек (силовая подготовка, гибкость, согласованность).

10. Формы организации учебно-тренировочного процесса в синхронном плавании (индивидуальная, групповая, работа с дуэтами и группами).

11. Контроль и оценка эффективности результатов обучения синхронному плаванию (нормативы по технике, выступления на соревнованиях).

12. Корректировка процесса обучения на основе педагогического контроля и судейских оценок.

13. Особенности тренировки юных синхронисток: задачи, средства, методы, планирование нагрузок.

14. Техника безопасности при проведении занятий по синхронному плаванию (на суше и в воде).

15. Характеристика анатомо-физиологических и психологических особенностей юных спортсменов. Влияние занятий синхронным плаванием на физическое развитие.

16. Особенности тренировки женщин и девушек в синхронном плавании: учёт биологических циклов, специфика нагрузок.

17. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по синхронному плаванию (сочетание сухой хореографии, ОФП, тренировок в воде).

18. Воспитательная работа с юными спортсменками, формирование мотивации к тренировочному процессу и соревнованиям.

19. Определение уровня специальной подготовленности синхронисток: тесты в воде (задержка дыхания, координационная сложность, выносливость).

20. Анализ эффективности учебно-тренировочного процесса: критерии оценки, корректировка программ.

21. Основные направления подготовки в синхронном плавании (техническая, физическая, хореографическая, психологическая) и их комплексное решение.

22. Оценка эффективности развития физических качеств: методы тестирования гибкости, силовой выносливости, координации.

23. Уровень тактической подготовленности синхронисток: построение программы, распределение сложности, взаимодействие в группе.

24. Оценка эффективности специальной подготовки синхронистки (стабильность вертикальных поз, выносливость задержки дыхания, артистичность).

25. Определение последовательности обучения техническим элементам в синхронном плавании (от простых фигур к сложным поддержкам).

26. Использование соревновательного метода для мобилизации физических и психических возможностей синхронисток.

27. Прогнозирование спортивно-технических результатов в синхронном плавании на основе модельных характеристик.

28. Соревнования как средство оценки технической, хореографической и психологической подготовленности.

29. Применение в тренировочном процессе средств и методов, используемых сильнейшими синхронистками (анализ передового опыта).

30. Оценка эффективности личного тренировочного процесса (ведение дневника спортсменки, динамика результатов).

31. Методы организации занятий и регулирование интенсивности тренировочной нагрузки (зоны интенсивности, работа на задержке дыхания).

32. Методика воспитания основных физических качеств синхронисток (гибкость, сила, выносливость, координация).

33. Оценка уровня развития физических качеств: нормативные требования, тесты ОФП и СФП.

34. Особенности развития физических качеств у девушек и женщин в синхронном плавании.

35. Классификация средств тренировки в синхронном плавании (общеподготовительные, специально-подготовительные, хореографические, соревновательные).

36. Принципы спортивной тренировки (специализации, непрерывности, волнообразности, цикличности) и их реализация в синхронном плавании.

37. Методы тренировки, применяемые в синхронном плавании (равномерный, переменный, интервальный, повторный, игровой, соревновательный).

38. Особенности проведения тренировочной работы с юными спортсменками и девушками: гигиенические требования, дозирование нагрузок, психологическая поддержка.

39. Специфика синхронного плавания: основные фигуры, элементы хореографии, построение произвольных программ.

40. Методика обучения базовым фигурам синхронного плавания (вертикальные позы, поддержки, элементы гибкости).

Вопросы к экзамену

1. Характеристика микроциклов в подготовке синхронисток (втягивающие, ударные, восстановительные, подводящие).

2. Планирование тренировочного процесса: оперативное, текущее, перспективное (этапное).

3. Планирование в многолетней подготовке синхронисток (этапы: предварительной подготовки, начальной

- специализации, углубленной специализации, спортивного совершенствования, высшего мастерства).
4. Характеристика мезоциклов (базовый, контрольно-подготовительный, предсоревновательный, соревновательный, восстановительный) и их использование в синхронном плавании.
 5. Структура годичного цикла подготовки в синхронном плавании: периоды (подготовительный, соревновательный, переходный), этапы, задачи.
 6. Спортивная тренировка как многолетний, круглогодичный, систематизированный педагогический и учебно-тренировочный процесс.
 7. Моделирование соревновательной деятельности в синхронном плавании: модельные характеристики (техническая сложность, артистичность, синхронность).
 8. Научно-методическое обеспечение подготовки синхронисток высокой квалификации.
 9. Планирование подготовки в четырёхлетнем (олимпийском) цикле на этапе высших достижений.
 10. Управление командой (сборной), отбор в команду, комплектование групп (соло, дуэт, группа).
 11. Управление состоянием и подготовленностью синхронистки (мониторинг функционального состояния, коррекция нагрузок).
 12. Корректировка планов тренировочного процесса на различных этапах подготовки (по результатам контроля).
 13. Обзор научных исследований в области синхронного плавания (современные тенденции, инновации).
 14. Физиологические и биохимические особенности адаптации организма синхронистки к тренировочным нагрузкам (в том числе гипоксия).
 15. Характеристика физических качеств синхронисток: структура, чувствительные периоды развития (гибкость, координация, выносливость).
 16. Средства восстановления, применяемые после тренировочных нагрузок в синхронном плавании (педагогические, медико-биологические, психологические).
 17. Классификация средств тренировки, используемых в синхронном плавании.
 18. Методика развития гибкости и подвижности суставов у синхронисток (пассивная, активная, статическая, баллистическая).
 19. Методика развития силовых качеств средствами ОФП и СФП (на суше и в воде).
 20. Методы и средства тренировки для развития координации и чувства воды.
 21. Управление состоянием и подготовленностью синхронисток с использованием информационных технологий.
 22. Классификация методов тренировки (строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный) и их применение.
 23. Методы тестирования уровня развития выносливости (аэробной, анаэробной) и способности к задержке дыхания.
 24. Тактическая подготовка синхронистки: выбор музыкального сопровождения, расстановка фигур, взаимодействие в группе.
 25. Методы контроля эффективности специальной подготовки (педагогические, инструментальные, видеокомпьютерный анализ).
 26. Дополнительные средства ускорения процессов восстановления (сауна, массаж, гидропроцедуры, электромиостимуляция).
 27. Система управления подготовкой синхронисток высшей квалификации.
 28. Медико-биологические показатели работоспособности и функционального состояния синхронисток (ЧСС, лактат, сатурация).
 29. Методика развития специальной выносливости (гипоксической, силовой, координационной) в синхронном плавании.
 30. Способность к артистическому и тактическому мышлению в соревновательной деятельности (образность, выразительность).
 31. Оценка эффективности техники в синхронном плавании (критерии судейства, качество исполнения фигур, синхронность).
 32. Принципы тренировки (специализации, индивидуализации, непрерывности, цикличности, единства постепенности и тенденции к максимальным нагрузкам).
 33. Тактика выступления в синхронном плавании (соло, дуэт, группа): распределение сложности, работа с судейскими оценками.
 34. Методы тренировки, применяемые в синхронном плавании (равномерный, переменный, интервальный, игровой, соревновательный, метод круговой тренировки).
 35. Система оценки эффективности тренировочного процесса (критерии, показатели, рейтинговая система).
 36. Инструментальные методы исследований в синхронном плавании (видеоанализ, подводная видеосъемка, пульсометрия, газоанализ).
 37. Система тренировочных нагрузок как специфический метод управления процессом спортивной подготовки.
 38. Обзор научных исследований в области синхронного плавания, имеющих значение для развития теории и практики подготовки.
 39. Основные направления подготовки синхронисток и их комплексное решение на разных этапах годичного и многолетнего цикла.
 40. Организация и проведение соревнований по синхронному плаванию (правила FINA/World Aquatics, судейство, документация).
 41. Особенности организации учебно-тренировочных занятий по синхронному плаванию (сочетание сухой и водной подготовки, работа с музыкой).
 42. Контроль тренера за ходом процесса совершенствования техники с использованием педагогических наблюдений и видеозаписи.
 43. Инструментальные методики оценки технического мастерства синхронисток (подводная видеосъемка,

тензометрические платформы для поддержек).

44. Использование средств срочной информации для определения параметров технического мастерства (видеообратная связь, гидроакустические системы).

45. Характеристика анатомо-физиологических особенностей юных синхронисток.

46. Методика обучения и совершенствования поддержек и групповых взаимодействий в синхронном плавании.

47. Особенности построения произвольной программы: музыка, хореография, степень сложности, образное решение.

48. Дыхательная подготовка в синхронном плавании: методика увеличения задержки дыхания, специальные дыхательные упражнения.

49. Инновационные подходы в подготовке синхронисток (гипоксическая тренировка, использование систем подводного видеонализа, методы психорегуляции).

50. Роль хореографической подготовки в синхронном плавании: виды хореографии, методика обучения элементам классического и современного танца.

5.2. Темы письменных работ

Плавание

Примерная тематика письменных работ (рефератов, курсовых, творческих заданий)

1. Возрастные особенности организма пловцов и их учет в тренировочном процессе на этапах многолетней подготовки.
2. Организация, задачи, средства и методика подготовки пловцов в ДЮСШ, СДЮШОР, УОР.
3. Использование технических средств (гидроканал, видеокомпьютерный анализ, пульсометрия, газоанализ) в управлении подготовкой квалифицированных пловцов.
4. Совершенствование профессионально-педагогических навыков организации и управления тренировочным процессом в ДЮСШ, СДЮШОР и УОР.
5. Спортивный отбор и ориентация в процессе многолетней тренировки пловцов (этапы, критерии, прогнозирование).
6. Цель, задачи и содержание спортивной тренировки в плавании на современном этапе.
7. Основные методы тренировки в плавании: равномерный, переменный, интервальный, повторный, соревновательный, особенности применения.
8. Методика развития физических способностей пловца:
о развитие общей и специальной выносливости;
о развитие силовых и скоростно-силовых способностей;
о развитие скоростных способностей;
о развитие координационных способностей и гибкости.
9. Оздоровительно-восстановительные мероприятия в спортивной деятельности пловцов (педагогические, медико-биологические, психологические средства).
10. Основы построения тренировочного занятия, микроциклов, мезоциклов подготовки пловцов.
11. Построение годичного цикла подготовки пловцов: структура, периодизация, динамика нагрузок.
12. Современные подходы к построению годичного цикла подготовки в плавании (двухцикловое, многоцикловое планирование).
13. Среднегорье, высокогорье, искусственная гипоксия в системе подготовки пловцов: физиологические механизмы, методика применения.
14. Методы и методики исследования в плавании: педагогические, физиологические, биомеханические, психологические.
15. Модельные характеристики соревновательной деятельности и подготовленности пловцов высокой квалификации.
16. Тактическая подготовка пловца на различных дистанциях (спринт, средние, стайерские дистанции).
17. Особенности подготовки пловцов-юниоров: планирование нагрузок, сенситивные периоды развития качеств, профилактика перетренированности.
18. Психологическая подготовка пловцов: методы формирования соревновательной надежности, регуляции предстартовых состояний.
19. Инновационные технологии в плавании: использование искусственного течения, биоимпедансный анализ, методы срочной коррекции техники.
20. Специфика подготовки пловцов в открытой воде: адаптация, тактика, питание, обеспечение безопасности.

Синхронное плавание

Примерная тематика письменных работ (рефератов, курсовых, творческих заданий)

1. Возрастные особенности организма синхронисток и их учет в тренировочном процессе на этапах многолетней подготовки.
2. Организация, задачи, средства и методика подготовки синхронисток в ДЮСШ, СДЮШОР, УОР.
3. Использование технических средств (подводная видеосъемка, видеонализ, пульсометрия, подводное звуковое сопровождение) в управлении подготовкой квалифицированных синхронисток.
4. Совершенствование профессионально-педагогических навыков организации и управления тренировочным процессом в синхронном плавании (индивидуальная, групповая подготовка).
5. Спортивный отбор и ориентация в синхронном плавании: этапы, критерии отбора, прогнозирование успешности.
6. Цель, задачи и содержание спортивной тренировки в синхронном плавании на современном этапе.
7. Основные методы тренировки в синхронном плавании (равномерный, переменный, интервальный, игровой, соревновательный, метод круговой тренировки) и особенности их применения.

8. Методика развития физических способностей синхронисток:

- о развитие гибкости и подвижности суставов;
- о развитие силовой выносливости (на суше и в воде);
- о развитие специальной (гипоксической) выносливости;
- о развитие координационных способностей и чувства воды;
- о развитие статокINETической устойчивости.

9. Оздоровительно-восстановительные мероприятия в спортивной деятельности синхронисток (педагогические, медико-биологические, психологические средства).

10. Основы построения тренировочного занятия, микроциклов, мезоциклов подготовки синхронисток (сочетание сухой и водной подготовки).

11. Построение годичного цикла подготовки в синхронном плавании: структура, периодизация, динамика нагрузок.

12. Современные подходы к построению годичного цикла подготовки в синхронном плавании (подготовка к национальным и международным соревнованиям).

13. Использование гипоксической тренировки и задержки дыхания в системе подготовки синхронисток: физиологические основы, методика дозирования.

14. Методы и методики исследования в синхронном плавании: педагогические, физиологические, биомеханические, психологические, хореографические.

15. Модельные характеристики соревновательной деятельности и подготовленности синхронисток высокой квалификации (техническая сложность, артистичность, синхронность).

16. Хореографическая подготовка в синхронном плавании: виды хореографии, методика обучения элементам классического и современного танца, работа над образом.

17. Особенности подготовки юных синхронисток: планирование нагрузок, сенситивные периоды развития гибкости и координации, профилактика травматизма.

18. Психологическая подготовка синхронисток: формирование групповой совместимости, регуляции предстартовых состояний, работа над выразительностью.

19. Инновационные технологии в синхронном плавании: подводное акустическое сопровождение, системы видеоконтроля, методы биологической обратной связи.

20. Специфика построения произвольных программ в синхронном плавании: музыкальное оформление, хореография, степень сложности, оценка судейства.

5.3. Фонд оценочных средств

Плавание

Тесты:

1. Что является основным тренирующим фактором в подготовке пловца?
 - a) скорость выполнения упражнений
 - b) техника выполнения упражнений
 - c) величина нагрузки
 - d) время работы
2. Какой показатель не относится к основным составляющим тренировочной нагрузки?
 - a) характер отдыха
 - b) число повторений
 - c) интенсивность работы
 - d) вес отягощения
3. В каком документе спортсмен самостоятельно ведет учет и контроль выполненных нагрузок?
 - a) журнал посещаемости
 - b) дневник тренировок
 - c) школьный дневник
 - d) перспективный план
4. Как определить уровень специальной подготовленности пловца?
 - a) на основе результатов в соревнованиях
 - b) по результатам контрольных тестов в воде
 - c) по данным этапного контроля
 - d) на основе субъективных ощущений спортсмена
5. К организации занятия не относится ...
 - a) определение формы проведения занятий
 - b) контроль и учет проведенной работы
 - c) организация занимающихся
 - d) метеорологические условия
6. Что включает в себя основная часть тренировочного занятия по плаванию?
 - a) упражнения, соответствующие задачам занятия
 - b) упражнения на восстановление дыхания
 - c) гимнастические упражнения
 - d) разминку
7. Проведение учебно-тренировочных занятий и соревнований в бассейне разрешается ...
 - a) при наличии действующего паспорта бассейна
 - b) при наличии лицензии на эксплуатацию
 - c) на постоянных спортивных базах, принятых государственной комиссией

- d) на любой водной акватории
8. Обеспечение спортсменов ... на протяжении всего занятия – обязанность тренера-преподавателя.
- a) инвентарем
b) страховкой
c) оперативной информацией
d) питанием
9. В плавании чаще всего используют ... метод организации группы.
- a) индивидуальный
b) групповой
c) фронтальный
d) поточный
10. Заключительная часть занятия необходима для ...
- a) подготовки организма к предстоящей деятельности
b) настройки спортсмена на отдых
c) приведения функциональных систем организма к исходному уровню
d) развития физических качеств
11. Наиболее эффективной с биомеханической точки зрения является фаза ...
- a) захвата и подтягивания
b) подтягивания и отталкивания
c) отталкивания и проноса
d) захвата и входа руки в воду
12. Работой судейской коллегии на соревнованиях по плаванию руководит ...
- a) председатель оргкомитета
b) представитель организации, проводящей соревнования
c) главный судья
d) главный секретарь
13. Что такое положение о соревнованиях?
- a) правила поведения спортсмена на соревнованиях
b) документ о проведении всех соревнований
c) документ о проведении данного соревнования
d) правила, регламентирующие работу судей
14. Тренеру команды запрещается ...
- a) вмешиваться в действия судейской коллегии
b) инструктировать спортсмена перед стартом
c) обеспечивать питанием спортсменов во время соревнований
d) массировать спортсменов во время соревнований
15. Дистанция в плавании считается законченной, когда створ финиша коснулся ...
- a) любой частью тела спортсмена
b) головой спортсмена
c) рукой спортсмена
d) ногой спортсмена
16. Жеребьевка – это ...
- a) заседание тренерского совета по распределению дорожек
b) заседание представителей команд, на котором спортсмены распределяются по заплывам и дорожкам
c) заседание тренерского совета по отбору спортсменов для участия в соревнованиях
d) заседание представителей команд по переводу спортсменов в другие группы
17. К нежелательным качествам тренера относятся ...
- a) замкнутость, тревожность, надменность в общении
b) спокойное, ровное настроение
c) отзывчивость, доброта, сопереживание
d) решительность, самостоятельность, настойчивость
18. Какой стиль общения предпочтительнее при работе тренера со спортсменами?
- a) авторитарный
b) либеральный
c) демократический
d) игровой
19. Какие умения связаны со способностью тренера предвидеть систему и последовательность своих действий и действий учеников?
- a) организаторские
b) познавательные
c) конструктивные
d) коммуникативные
20. Основные блоки обобщенной модели профессионально-педагогической подготовленности тренера:
- a) мотивационно-целевая, профессионально-деловые качества, эмоционально-волевая сфера
b) мотивационно-целевая, профессионально-личностные качества, нравственно-волевая сфера
c) социальная зрелость, глубокие специальные знания, профессиональные качества, волевая сфера
d) все перечисленное
21. Какие умения связаны со способностью тренера «общаться» со спортсменами, их родителями, коллегами?

- a) организаторские
 - b) познавательные
 - c) конструктивные
 - d) коммуникативные
22. Фактор соответствия программы обучения возрасту и подготовленности занимающихся определяет ...
- a) эффективность обучения
 - b) качество обучения
 - c) длительность обучения
 - d) содержание программы
23. Формирование и совершенствование значимых для спорта свойств личности путем изменения системы отношений спортсмена к деятельности, к себе и окружающим – это ...
- a) тактическая подготовка
 - b) техническая подготовка
 - c) психологическая подготовка
 - d) теоретическая подготовка
24. Какой метод спортивной тренировки используется преимущественно для развития скоростных способностей?
- a) повторный
 - b) интервальный
 - c) переменный
 - d) непрерывный
25. Какие документы предъявляет представитель команды в мандатную комиссию для допуска спортсмена к соревнованиям?
- a) именную заявку, паспорт или свидетельство о рождении, классификационную книжку, техническую заявку, карточки участников
 - b) личную заявку, паспорт или свидетельство о рождении, именную заявку, карточки участников, медицинскую заявку
 - c) техническую заявку, карточку участника, медицинскую заявку, свидетельство о рождении
 - d) техническую заявку, карточку участника, свидетельство о рождении, именную заявку, медицинскую заявку
26. В каком документе определяются организационные основы соревнований?
- a) правила соревнований
 - b) спортивный календарь
 - c) положение о соревнованиях
 - d) программа соревнований
27. Силовые качества могут оцениваться при различных режимах работы мышц. Каким методом измерения воспользуется тренер?
- a) тест PWC170
 - b) спирометрия
 - c) измерение давления
 - d) динамометрия
28. При обучении технике плавания упражнения выполняются в ... режимах.
- a) повторном и интервальном
 - b) непрерывном и повторном
 - c) непрерывном и последовательном
 - d) последовательном и повторном
29. На первых занятиях обучения технике плавания используют метод ... упражнения.
- a) расчлененного
 - b) целостного
 - c) смешанного
 - d) раздельного
30. Целью обучения на этапе начального разучивания техники двигательного действия является ...
- a) сформировать у ученика основы техники изучаемого движения и добиться его выполнения в общих чертах
 - b) завершить формирование двигательного умения
 - c) детализировано освоить и закрепить технику
 - d) достичь слитности и стабильности выполнения
31. Основная задача этапа начального разучивания:
- a) устранить грубые ошибки
 - b) научить выполнению общей схемы движений
 - c) обучить ритму двигательного действия
 - d) овладеть тактическими приемами
32. Сила – это ...
- a) комплекс различных проявлений человека, в основе которых лежит понятие «мышечное усилие»
 - b) способность проявлять мышечные усилия в возможно короткое время
 - c) способность преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий
 - d) способность проявлять большие мышечные усилия
33. Основной формой проведения занятий по плаванию является ...
- a) занятие
 - b) урок
 - c) секция
 - d) тренировка

34. К группе словесных методов относятся ...
- a) объяснение, рассказ, беседа, анализ, указания, команды
 - b) показ, кино съемка, беседа, анкетирование
 - c) анкетирование, тестирование, жалобы, беседа
 - d) объяснение, тестирование, показ, видеозапись
35. Способность пловца противостоять утомлению при длительной работе называется ...
- a) сила
 - b) скорость
 - c) выносливость
 - d) координация
36. Различают два вида выносливости ...
- a) общая и специальная
 - b) специальная и взрывная
 - c) абсолютная и относительная
 - d) общая и относительная
37. Какой из видов спорта в наибольшей степени отвечает задачам подготовки квалифицированных пловцов?
- a) лыжный спорт
 - b) баскетбол
 - c) тяжелая атлетика
 - d) водное поло
38. К основным характеристикам цикла движений в плавании относятся ...
- a) временные, внешние, внутренние
 - b) динамические, длительные, достоверные
 - c) пространственные, внешние, длительные
 - d) временные, динамические, пространственные
39. Для повышения гидродинамических качеств пловца необходимо ...
- a) увеличить силу гребка
 - b) улучшить обтекаемость тела
 - c) повысить темп движений
 - d) использовать ласты
40. Какой способ плавания считается наиболее скоростным?
- a) брасс
 - b) баттерфляй
 - c) кроль на груди
 - d) кроль на спине
41. Основной источник энергии при плавании на дистанции 50 м кролем:
- a) аэробный
 - b) анаэробно-алактатный
 - c) гликолитический
 - d) смешанный
42. Какой из методов тренировки в плавании наиболее эффективен для развития аэробной выносливости?
- a) повторный
 - b) интервальный с жесткими интервалами отдыха
 - c) равномерный
 - d) соревновательный
43. В каком возрасте наблюдается сенситивный период для развития гибкости?
- a) 5–7 лет
 - b) 8–10 лет
 - c) 11–14 лет
 - d) 15–18 лет
44. Что понимается под «запасом скорости» в плавании?
- a) разница между результатом на дистанции и лучшим временем на отрезке
 - b) максимальная скорость на старте
 - c) способность удерживать скорость на финише
 - d) скорость на повороте
45. Какое упражнение не используется для совершенствования техники плавания?
- a) плавание с помощью одних ног
 - b) плавание в лопатках
 - c) плавание с задержкой дыхания
 - d) метание ядра
46. Документ, регламентирующий правила проведения соревнований по плаванию в России:
- a) правила FINA
 - b) правила ВФП
 - c) Единые правила соревнований по плаванию
 - d) положение о соревнованиях
47. Назовите минимальную глубину бассейна для проведения соревнований по плаванию (олимпийский формат):
- a) 1,2 м
 - b) 1,5 м

- с) 2,0 м
 - д) 2,5 м
48. Какая часть стартового прыжка в плавании наиболее важна для достижения высокого результата?
- а) группировка в полете
 - б) вход в воду
 - с) отталкивание от тумбы
 - д) фаза скольжения

49. Какое количество поворотов выполняется на дистанции 200 м в бассейне 50 м?

- а) 2
 - б) 3
 - с) 4
 - д) 5
50. Что является основным критерием правильной техники плавания?
- а) минимальное сопротивление воды
 - б) максимальная частота гребков
 - с) высокая скорость при наименьших энергозатратах
 - д) красивое исполнение

Синхронное плавание

Тесты:

1. Какой из компонентов функциональной подготовленности является ведущим в синхронном плавании?
 - а) силовая выносливость
 - б) гибкость
 - с) способность к длительной задержке дыхания
 - д) скоростные способности
2. Какой метод тренировки наиболее часто используется для развития гипоксической выносливости?
 - а) равномерный
 - б) повторный с сериями задержек дыхания
 - с) интервальный с короткими интервалами отдыха
 - д) игровой
3. Какова минимальная глубина бассейна для выполнения вертикальных фигур и поддержек в синхронном плавании?
 - а) 1,8 м
 - б) 2,0 м
 - с) 2,5 м
 - д) 3,0 м
4. Что является основным средством музыкального сопровождения на тренировках по синхронному плаванию?
 - а) надводные динамики
 - б) подводные динамики
 - с) индивидуальные наушники
 - д) мегафон
5. К основным физическим качествам, определяющим успешность в синхронном плавании, не относится ...
 - а) гибкость
 - б) статическая и динамическая сила
 - с) взрывная сила
 - д) координация
6. Какой элемент не входит в соревновательную программу синхронного плавания?
 - а) техническая программа
 - б) произвольная программа
 - с) комбинированная эстафета
 - д) соло, дуэт, группа
7. Оценка за выступление в синхронном плавании складывается из ...
 - а) техники исполнения и артистичности
 - б) сложности, артистичности, качества исполнения и синхронности
 - с) времени выполнения и сложности
 - д) только технической оценки
8. Поддержка в синхронном плавании – это ...
 - а) элемент, где одна спортсменка поднимает другую из воды
 - б) элемент, выполняемый в вертикальном положении
 - с) элемент взаимодействия, при котором одна или несколько спортсменок поднимают, удерживают или выбрасывают партнершу
 - д) акробатический элемент на суше
9. Какое упражнение наиболее эффективно для развития гибкости позвоночника у синхронисток?
 - а) наклоны вперед
 - б) «мостик» и «корзинка»
 - с) выпады
 - д) бег
10. Что понимается под «артистичностью» в синхронном плавании?

- a) красота фигур
 - b) выразительность, соответствие музыке, образность
 - c) сложность элементов
 - d) синхронность выполнения
11. Какой из методов тренировки предпочтительнее для совершенствования синхронности в группе?
- a) повторный
 - b) интервальный
 - c) целостно-конструктивный с видеоанализом
 - d) игровой
12. Какое минимальное количество спортсменов в группе для соревнований по синхронному плаванию?
- a) 4
 - b) 6
 - c) 8
 - d) 10
13. Какова максимальная продолжительность произвольной программы в группе (по правилам World Aquatics)?
- a) 3 мин 30 с
 - b) 4 мин 00 с
 - c) 4 мин 30 с
 - d) 5 мин 00 с
14. Что является основным показателем специальной выносливости в синхронном плавании?
- a) максимальное время удержания вертикальной позы
 - b) способность выполнять программу без снижения качества
 - c) количество выполненных фигур за тренировку
 - d) время плавания 400 м
15. Какой вид хореографии наиболее важен в подготовке синхронисток?
- a) классический танец
 - b) народный танец
 - c) современный танец
 - d) все перечисленные
16. Какое средство восстановления наиболее часто используется в синхронном плавании после интенсивных нагрузок?
- a) сауна
 - b) массаж
 - c) гидропроцедуры
 - d) кислородные коктейли
17. Что такое «комбинированная программа» в синхронном плавании?
- a) произвольная программа с использованием поддержек
 - b) программа, включающая элементы разных технических групп
 - c) произвольная программа, в которой спортсменки выполняют разные фигуры одновременно
 - d) техническая программа с музыкальным сопровождением
18. Какая проба используется для оценки способности к задержке дыхания?
- a) проба Штанге
 - b) проба Генчи
 - c) проба Руфье
 - d) проба Серкина
19. На каком этапе многолетней подготовки начинается обучение поддержкам?
- a) предварительная подготовка
 - b) начальная специализация
 - c) углубленная специализация
 - d) спортивное совершенствование
20. Какой элемент синхронного плавания выполняется в положении на спине с согнутыми ногами?
- a) «вертикаль»
 - b) «барракуда»
 - c) «филиппин»
 - d) «цапля»
21. Основной документ, регламентирующий правила соревнований по синхронному плаванию:
- a) правила FINA / World Aquatics
 - b) Единый календарный план
 - c) Положение о соревнованиях
 - d) Правила вида спорта «Синхронное плавание»
22. Что означает термин «синхронность» в судействе?
- a) одновременность выполнения элементов
 - b) соответствие музыке
 - c) одинаковость фигур
 - d) совпадение траекторий движений
23. Какое упражнение не используется в сухой подготовке синхронисток?
- a) хореографический станок
 - b) акробатика
 - c) силовая подготовка

- d) бег на 3000 м
24. Какой тип дыхания характерен для выполнения длительной произвольной программы?
- a) глубокое частое дыхание
 - b) поверхностное частое дыхание
 - c) дыхание с акцентом на выдох
 - d) ритмичное дыхание с задержками
25. В каком возрасте целесообразно начинать специализированные занятия синхронным плаванием?
- a) 4–5 лет
 - b) 6–8 лет
 - c) 9–11 лет
 - d) 12–14 лет
26. Какой метод контроля технической подготовленности наиболее информативен в синхронном плавании?
- a) педагогические наблюдения
 - b) хронометраж
 - c) видеокомпьютерный анализ с покадровым просмотром
 - d) пульсометрия
27. К нежелательным личностным качествам тренера по синхронному плаванию можно отнести ...
- a) высокий уровень эмпатии
 - b) эмоциональную неустойчивость
 - c) коммуникабельность
 - d) креативность
28. Что является основным средством воспитания артистизма у синхронисток?
- a) просмотр соревнований
 - b) занятия хореографией и актерским мастерством
 - c) работа с музыкой
 - d) все перечисленное
29. Какой способ плавания используется в синхронном плавании как базовый для перемещений?
- a) кроль на груди
 - b) кроль на спине
 - c) брасс
 - d) баттерфляй
30. Что обозначает термин «фигура» в синхронном плавании?
- a) обязательное упражнение, выполняемое под музыку
 - b) элемент, имеющий фиксированное положение тела
 - c) статическое положение спортсменки в воде
 - d) поддержка
31. Какова роль музыкального сопровождения в синхронном плавании?
- a) задает ритм
 - b) создает образ
 - c) синхронизирует движения
 - d) все перечисленное
32. Какое оборудование обязательно для проведения тренировки по синхронному плаванию?
- a) подводные динамики
 - b) видеокамеры
 - c) секундомеры
 - d) все перечисленное
33. Что такое «техническая программа» в синхронном плавании?
- a) произвольная программа
 - b) программа, содержащая обязательные элементы, заданные правилами
 - c) программа, оцениваемая только по сложности
 - d) программа без музыки
34. Какой метод тренировки наиболее эффективен для развития силовой выносливости у синхронисток?
- a) круговой
 - b) повторный
 - c) интервальный
 - d) равномерный
35. Что является главным фактором, лимитирующим выполнение поддержек?
- a) гибкость поддерживающей
 - b) силовая подготовленность
 - c) координация
 - d) синхронность
36. Как часто проводятся официальные соревнования по синхронному плаванию на международном уровне?
- a) ежегодно
 - b) раз в два года
 - c) по календарю FINA
 - d) в олимпийский год
37. Какая из перечисленных фигур является базовой?
- a) «балерина»

- b) «вертикаль»
 - c) «морской конек»
 - d) «цапля»
38. Какой из видов силовой подготовки наиболее важен для выполнения вертикальных поз?
- a) статическая сила
 - b) динамическая сила
 - c) взрывная сила
 - d) абсолютная сила
39. Что такое «идеомоторная тренировка» и как она применяется в синхронном плавании?
- a) мысленное воспроизведение движений для улучшения техники
 - b) тренировка с использованием видео
 - c) дыхательные упражнения
 - d) тренировка на суше
40. В каком документе фиксируются результаты тестирования спортсменов?
- a) дневник тренера
 - b) протокол тестирования
 - c) журнал учета
 - d) личная карточка спортсменки
41. Какое минимальное количество судей необходимо для проведения соревнований по синхронному плаванию?
- a) 3
 - b) 5
 - c) 7
 - d) 9
42. Какой раздел подготовки синхронисток наиболее тесно связан с музыкальным сопровождением?
- a) техническая
 - b) хореографическая
 - c) тактическая
 - d) психологическая
43. Как часто проводятся тренировки на задержку дыхания?
- a) ежедневно
 - b) 2–3 раза в неделю
 - c) только в соревновательный период
 - d) по мере необходимости
44. Что такое «психофункциональная подготовленность» в синхронном плавании?
- a) устойчивость к стрессу
 - b) способность сохранять концентрацию в условиях гипоксии
 - c) мотивация
 - d) волевые качества
45. Какой метод контроля функционального состояния наиболее информативен для оценки готовности синхронистки к соревнованиям?
- a) пульсометрия в покое
 - b) анализ лактата после выполнения программы
 - c) спирометрия
 - d) тест PWC170
46. Что является основным показателем экономизации техники в синхронном плавании?
- a) уменьшение ЧСС при стандартной нагрузке
 - b) увеличение времени задержки дыхания
 - c) улучшение качества фигур
 - d) увеличение скорости перемещений
47. Какое требование предъявляется к музыкальному сопровождению на соревнованиях?
- a) длительность не более 5 минут
 - b) возможность использования любых музыкальных произведений
 - c) музыка должна быть одинаковой для всех участниц
 - d) музыка должна быть оригинальной
48. Какой элемент техники является основой для большинства фигур?
- a) «вертикаль»
 - b) «баттерфляй»
 - c) «скручивание»
 - d) «шпагат»
49. Какое физическое качество является ведущим при выполнении поддержек?
- a) гибкость
 - b) сила верхних конечностей и мышц кора
 - c) выносливость
 - d) быстрота
50. Что является конечной целью многолетней подготовки в синхронном плавании?
- a) выполнение нормативов КМС
 - b) участие в Олимпийских играх
 - c) гармоничное развитие личности и достижение высокого спортивного результата

d) получение															
5.4. Перечень видов оценочных средств															
Контроль успеваемости и качества подготовки обучающихся подразделяется на текущий контроль и промежуточную аттестацию. Текущий контроль предназначен для проверки хода и качества усвоения учебного материала, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики проведения занятий. Он проводится в ходе всех видов учебных занятий в форме, избранной преподавателем и/или предусмотренной рабочей программой дисциплины. Результаты текущего контроля отражаются в журналах преподавателей и в системе 1С Университет и используются для оперативного управления образовательным процессом.															
5.5. Рейтинг-план дисциплины															
Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации Этапы оценивания уровня сформированности компетенций Уровни сформированности компетенций Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины Не аттестован 0 – 14 Низкий 15 – 32 Средний 33 – 42 Высокий 43 – 50 Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации Не аттестован 0 – 14 Низкий 15 – 32 Средний 33 – 42 Высокий 43 – 50 Итоговая оценка сформированности компетенций Не аттестован 50 и менее Низкий 51 – 65 Средний 66 – 84 Высокий 85 – 100 При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.															
<table><tr><td>Рейтинговая оценка</td><td>Традиционная оценка</td><td>Уровень сформированности компетенции</td></tr><tr><td>50 и менее</td><td>Неудовлетворительно</td><td>Не аттестован</td></tr><tr><td>51 – 65</td><td>Удовлетворительно</td><td>Низкий уровень</td></tr><tr><td>66 – 84</td><td>Хорошо</td><td>Средний уровень</td></tr><tr><td>85 – 100</td><td>Отлично</td><td>Высокий уровень</td></tr></table>	Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции	50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован	51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень	66 – 84	Хорошо	Средний уровень	85 – 100	Отлично	Высокий уровень
Рейтинговая оценка	Традиционная оценка	Уровень сформированности компетенции													
50 и менее	Неудовлетворительно	Не аттестован													
51 – 65	Удовлетворительно	Низкий уровень													
66 – 84	Хорошо	Средний уровень													
85 – 100	Отлично	Высокий уровень													

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
6.1. Рекомендуемая литература	
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License - Распоряжение Министерства земельных и имущественных отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование».
6.3.1.2	
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015).
6.3.1.4	
6.3.1.5	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-211227-130818-580-828 (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №5204/1776 от 09.12.2021).
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Сайты:
6.3.2.2	1. ЭБС Лань : сайт. – Санкт-Петербург, 2017 – . – URL: https://e.lanbook.com/book (дата обращения: 28.08.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
6.3.2.3	2. ЭБС Юрайт : [сайт]. – Москва, 2013 – . – URL: https://urait.ru (дата обращения: 28.08.2019). – Текст: электронный
6.3.2.4	3. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . URL: https://elibrary.ru (дата обращения 28.08.2025). – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. – Текст: электронный.
6.3.2.5	4. Поволжский университет физической культуры, спорта и туризма : сайт. – URL: https://unifirst.ru/ (дата обращения 28.08.2025). – Текст электронный.
7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	

7.1	1. Лекционная аудитория № Е303. Площадь ауд. 190,1 кв.м. Оборудование: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, Персональный компьютер ICL RAY, Интерактивный монитор Smart Podium 524, Проектор M-Vision1080P400, Экран для проектора, подпружиненный Draper Luma2, Микшер Symmetrix Jupiter 8, Усилитель мощности Behringer iNUKE, терминал ВКС LifeSize, ЖК телевизор LG 55LM620T (3 шт.), Матричный коммутатор HDMI-сигнала Dr.HD, микрофон Arthur Forty AF-808 (2 шт.), беспроводная микрофонная система AKG DSR 70 DUAL, акустическая система активная APart MASK4T (8x25 Вт), доступ к интернету.
7.2	2. Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный
7.3	зал информационно-ресурсного центра:
7.4	- абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
7.5	- электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного
7.6	читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам.
7.7	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.8	3. Обучающиеся инвалиды и лица с ОВЗ обеспечиваются печатными и электронными образовательными ресурсами (программы, учебники, учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации: для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, в форме аудиофайла, в печатной форме на языке Брайля; для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме, в форме электронного документа; для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме, в форме электронного документа, в форме аудиофайла.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания для подготовки к зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена (зачёта).

Экзамен (зачет) по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена (зачета) является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена (зачета) и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка студентов к экзамену (зачету) включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену (зачету) целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к экзамену (зачету), чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен (зачет). Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к экзамену (зачету) обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях. Основным источником подготовки к экзамену (зачету) является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого студент сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену (зачету) готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультациями к преподавателю, ведущему данную дисциплину. Зачет проводится в дни и часы, отведенные расписанием занятий для изучения дисциплины. Зачет принимается лектором данного потока, который отвечает за организацию подготовки и проведение зачета, или преподавателем, проводившим практические занятия.

Экзамены проводятся строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному деканатом и утвержденному проректором по учебной работе. Экзамен (зачет) проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену (зачету) и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного билета. Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу.

Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Для ответа по экзаменационному билету, обучающемуся предоставляется до 15-20 минут. Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Академии, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене (зачете) неудовлетворительную оценку, решением деканата устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена (зачета).

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают студентам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает студентам быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать студентам страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам. Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия.

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию студенты повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда студенты готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам.

В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике.

Расширению и углублению знаний также способствует подготовка студентами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех студентов по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа: 1й – организационный; 2й – закрепление и углубление теоретических знаний. На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает: - уяснение задания на самостоятельную работу; - подбор рекомендованной литературы; - составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Рекомендации по выполнению реферата

Реферат – письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы, является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы:

1. Выбор темы исследования. Тема реферата выбирается студентом по усмотрению преподавателя.
2. Планирование исследования. Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план исследования включает следующие элементы:

- выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата;
- сбор и изучение исходного материала, поиск литературы;
- анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы;
- сообщение о предварительных результатах исследования;
- литературное оформление исследовательской проблемы;
- обсуждение работы (на семинаре, в студенческом научном обществе, на конференции и т.п.).

Каждый элемент датируется временем начала и временем завершения.

3. Поиск и изучение литературы.

Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно библиографическому описанию произведений печати. Подобранная литература изучается в следующем порядке:

- знакомство с литературой, просмотр ее и выборочное чтение с целью общего представления проблемы и

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины **Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики водных видов спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты с оценкой 6	
в том числе:			
аудиторные занятия	47		
самостоятельная работа	61		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
Неделя	13 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Индивидуальные занятия	1	1	1	1
Методические занятия	36	36	36	36
Итого ауд.	47	47	47	47
Контактная работа	47	47	47	47
Сам. работа	61	61	61	61
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Гибадуллин Марат Рустамович; к.п.н., Доц., Золотова Елена Анатольевна; Доц., Басин Дмитрий Игоревич; Ст. преп.
Орлов Артур Владимирович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 03.04.2025 г. № 9

И.о. зав. кафедрой Гибадуллин М.Р.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Формирование у студентов профессионально-педагогических компетенций, обеспечивающих эффективную
1.2	организацию и проведение соревнований в избранном виде спорта, включая планирование, подготовку
1.3	документации, взаимодействие с участниками и судьями, соблюдение правил и обеспечение безопасности
1.4	участников.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта
2.1.2	Легкая атлетика
2.1.3	Гимнастика
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях	
ОПК-5.3: Обеспечивает участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях	
Знать: Система спортивных соревнований по виду спорта.	
Уметь: Контролировать физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения мероприятий по физкультурно-спортивной и воспитательной работе.	
Владеть: Подготовка занимающихся к участию в физкультурных, тренировочных и спортивных мероприятиях согласно календарному плану их проведения.	

ОПК-8: Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности	
ОПК-8.1: Организует соревновательную деятельность	

Знать: Требования к инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности.	
Уметь: Осуществлять подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования.	

ОПК-8.2: Применяет информационные технологии в соревновательной деятельности	
--	--

Знать: Содержание информационного, технического и психолого-методического сопровождения соревновательной деятельности в избранном виде спорта	
Уметь: Использовать технологии психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения в профессиональной деятельности для индивидуализации обучения, развития, воспитания спортсменов и обучающихся, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	

ОПК-8.3: Использует технологии психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения соревновательной деятельности	
---	--

Владеть: Осуществление поддержки и психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения спортсменов, а также проведение анализа деятельности для корректировки сопровождения тренировочного процесса	
---	--

ОПК-10: Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма	
--	--

ОПК-10.1: Обеспечивает соблюдение техники безопасности на занятиях физической культуры и спорта, профилактику травматизма, оказывает первую доврачебную помощь при неотложных состояниях и травматических повреждениях

Знать:

Способы предотвращения возникновения основных причин травматизма, в числе которых: организационные недостатки при проведении занятий, которые включают ошибки в методике проведения занятий, связанные с нарушением принципов обучения, воспитания, развития, отсутствием индивидуального подхода, недостаточным учетом состояния здоровья, половых, возрастных особенностей и подготовленности; несоответствие выбора средств целям и задачам, отсутствие страховки или неправильное ее применение; несоответствие материально-технической базы организации требованиям СанПиН, правилам видов спорта; нарушение правил медицинского (врачебного) контроля в организациях; нарушение требований инструкций и правил по безопасности нахождения в организации; недостатки в организации административно-общественного контроля за соблюдением порядка расследования и учета несчастных случаев в организации, допуск к занятиям без прохождения врачебного осмотра, предоставление недостоверной информации со стороны родителей (законных представителей) о состоянии здоровья детей, невыполнение врачебных рекомендаций по срокам возобновления занятий после заболевания и травм, по ограничению интенсивности нагрузок

Уметь:

Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма.

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе общего образования.

ОПК-14: Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики

ОПК-14.1: Организует деятельность участников в сфере физической культуры и спорта

Знать:

Методы планирования тренировочного процесса.

Уметь:

Планировать тренировочный процесс с учетом бригадного метода работы тренеров-преподавателей и иных специалистов, осуществляющих тренировочный процесс, конкретизировать распределение функций и технологии работы в тренерско-преподавательской бригаде.

Владеть:

Организация планирования тренировочного процесса с учетом бригадного метода работы тренеров-преподавателей и иных специалистов, осуществляющих тренировочный процесс, конкретизация распределения функций и технологии работы в тренерско-преподавательской бригаде.

ОПК-17: Способен осуществлять организацию и судейство спортивных соревнований

ОПК-17.1: Организует спортивные соревнования

Знать:

Правила соревнований по виду спорта

Уметь:

Выполнять осмотр места проведения спортивного соревнования или этапа соревнования, оценивать соответствие места проведения спортивного соревнования требованиям вида спорта, положению или регламенту спортивных соревнований

Владеть:

Обеспечение соблюдения правил вида спорта и положения (регламента) о спортивном соревновании при проведении спортивного соревнования по виду спорта.

ОПК-17.2: Проверяет готовность приборов объективного контроля, технических средств и устройств, спортивного инвентаря и оборудования.

Знать:

Правила эксплуатации спортивных сооружений, оборудования и спортивной техники, приборов объективного контроля, технических средств и устройств.

Уметь:

Проверять исправность приборов объективного контроля, технических средств и устройств, спортивного инвентаря, оборудования, спортивных сооружений.

ОПК-17.3: Проводит судейство спортивных соревнований

Знать:

Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.

Уметь:

Осуществлять судейство спортивных соревнований по виду спорта, спортивной дисциплине, этапа спортивного соревнования, мероприятий по выполнению населением различных возрастных групп нормативов испытаний (тестов).

ОПК-19: Способен осуществлять материально-техническое оснащение занятий физической культурой и спортом, спортивных и физкультурных мероприятий

ОПК-19.1:Выявляет угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организует безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий

Знать:

Методы предотвращения противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и правила, устанавливающие ответственность за такое противоправное влияние.

Уметь:

Выявлять своевременно угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для участников спортивных соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности.

Владеть:

Обеспечение безопасности в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях.

ОПК-19.2:Обеспечивает соответствие материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивным и физкультурным мероприятиям

Знать:

Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию мест занятий и соревновательной деятельности.

Уметь:

Организовывать проверку соответствия инвентаря и оборудования решаемым задачам спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования, подбирать и использовать инвентарь и оборудование в процессе спортивной подготовки по виду спорта, общего и дополнительного образования.

Владеть:

Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						
1.1	Виды соревнований. Планирование соревнований. Особенности проведения соревнований. Правила соревнований. Особенности проведения соревнований. Состав судейской коллегии, методика судейства соревнований. /Тема/	7	0				

1.2	Лекция 1. Организация соревнований по ИВС Лекция 2,3. Судейство соревнований по ИВС /Лек/	7	6	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	--	---	---	--	--	--	--

1.3	Разработать положение о проведении соревнований. /ИЗ/	7	1	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	--	---	---	---	--	--	--

1.4	- Общие положения (уровень, виды и характер соревнований). - Календарь и положение о соревновании (программа соревнований, представители команд и участники). /Мет/	7	18	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	--	---	----	---	--	--	--

1.5	Изучить правила соревнований по ИВС /Ср/	7	31	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Технология организации соревнований в избранном виде спорта. Организация, проведение, методика и особенности судейства соревнований по ИВС /Тема/	7	0				

2.2	1. Положение о спортивном соревновании (цели и задачи, время и место проведения соревнований, руководство соревнований, участники, программа и условия проведения соревнований, порядок определения победителей, награждение команд и участников, сроки и условия подачи заявок). 2. Составление сметы соревнований 3. Правила присвоения разрядов спортсменам и судейских категорий судьям /Лек/	7	4	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	---	---	---	--	--	--	--

2.3	- Судейская коллегия (должностные обязанности судей). - Организация, проведение, методика и особенности судейства соревнований в ИВС. - Оборудование для проведения соревнований ИВС /Мет/	7	18	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	--	---	----	---	--	--	--

2.4	Изучить правила соревнований по ИВС /Ср/	7	30	ОПК-5.3-31 ОПК-5.3-У1 ОПК-5.3-В1 ОПК-8.1-31 ОПК-8.1-У1 ОПК-8.2-31 ОПК-8.2-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ОПК-17.1-31 ОПК-17.1-У1 ОПК-17.1-В1 ОПК-17.2-31 ОПК-17.2-У1 ОПК-17.3-31 ОПК-17.3-У1 ОПК-19.1-31 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.1-В1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1 ОПК-19.2-В1			
-----	--	---	----	---	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы к зачету

1. Общая характеристика спортивных соревнований.
2. Классификация спортивных соревнований.
3. Организация соревновательной деятельности
4. Требования к организации, проводящей соревнования, ее функции.
5. Спортивная база проведения соревнований в ИВС. Требования к местам проведения соревнований в ИВС
6. Схема построения соревнований.
7. Участники соревнований. Страхование участников соревнований
8. Организация подготовки к соревнованию
9. Создание организационного комитета по подготовке и проведению соревнований.
10. Периоды подготовки к спортивному соревнованию (подготовительный, соревновательный, заключительный)
11. Положение о соревновании
12. Подготовка, организация и проведение торжественных церемоний
13. Главная судейская коллегия: (главный судья соревнований, главный секретарь соревнований, заместители главного судьи, старший судья, судья-информатор) – права и обязанности.
14. Судейские бригады, требования к их составлению.
15. Отчетные документы главной судейской комиссии.
16. Квалификационные требования к спортивным судьям в ИВС.
17. Условия присвоения судейских категорий в ИВС
18. Нормативно-правовое обеспечение участия юных спортсменов и молодежи в соревнованиях
19. Правила соревнований в ИВС
20. Требования к техническим приемам в ИВС
21. Современные требования к единой терминологии и жестикуляции судей, судейским записям в ИВС.
22. Основы управления системой спортивного соревнования

23. Функции судей. Коллегии судей. Права и обязанности судьи по спорту
24. Методика подготовки судей в избранном виде спорта
25. Сотрудничество с обучающимися, педагогами, родителями (лицами, их заменяющими) в рамках проведения спортивно-массовых мероприятий
26. Организация пропагандистских и информационных кампаний по вопросам влияния занятий физической культурой на укрепление здоровья, поддержание работоспособности, активного долголетия, привлечения детей и молодежи к занятиям спортом
27. Правила и нормы охраны труда, техники безопасности при проведении спортивных соревнований
28. Оформление финансово-хозяйственной документации при проведении спортивно-массовых мероприятий и спортивных соревнований
29. Организация соревнований и спортивно-массовых мероприятий в избранном виде спорта (ИВС),
30. Организация работы малых коллективов исполнителей (на примере судейского корпуса)
31. Нормативные документы управления спортивными соревнованиями
32. Приобщение населения к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции средствами спортивно-массовых мероприятий
33. Положение о соревнованиях разного уровня в ИВС. Цели, задачи, назначение.
34. Теоретические основы техники и тактики в ИВС
35. Теоретические основы и технологию организации соревнований
36. Особенности функционирования различных типов спортивных объектов

Типовые учебные задания

Задание № 1 Анализ исторических традиций организации и проведения соревнований и массовых физкультурных спортивно-зрелищных мероприятий

Выступление с устным докладом по выбранной теме раздела «Исторически характер спортивных соревнований. Эволюция правил соревнований в ИВС»

Задание № 2 Организация физкультурно-спортивных мероприятий с учетом действующих норм и правил безопасности Составление положения о соревновании муниципального, регионального и Всероссийского уровней в ИВС

Положение о соревновании должно содержать следующие разделы:

1. цели и задачи соревнований
 2. время и место проведения
 3. руководство проведением соревнований
 4. участвующие организации и участники соревнований
 5. программа и условия проведения соревнований
 6. порядок определения победителей
 7. награждение участников и команд
 8. сроки и условия предоставления заявок на участие в соревнованиях
 9. порядок подачи протеста
 10. техника безопасности зрителей и участников соревнований
- Допускается дополнение пунктов положения

Задание № 3 Составление финансовых документов учета и отчетности в сфере физической культуры

Задание № 4 Организация и проведение торжественных церемоний

Написание сценария торжественного открытия соревнований в ИВС и церемонии награждения

Задание № 5 Составление индивидуальных документов учета и отчетности судейской деятельности

Заполнение документации для присвоения судейских категорий «Спортивный судья третьей и второй, категории» в соответствии с квалификационными требованиями к спортивным судьям в избранном виде спорта

Вопросы к контрольной работе

по дисциплине «Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта»

1. Общая характеристика спортивных соревнований.
2. Требования к спортивной базе проводящей соревнования.
3. Участники соревнований.
4. Правила составления Положения о соревнованиях.
5. Способы проведения соревнований в ИВС (круговой, отборочно-круговой, смешанный, способ прямого выбывания).
6. Характер проведения соревнований (личные, лично-командные, командные и их различия).
7. Принципы управления системой соревнований.
8. Особенности места проведения соревнований.
9. Функции организационного комитета по подготовке и проведению соревнований.
10. Определение функционального содержания деятельности административных органов различного уровня.
11. Права и обязанности тренеров, судей и спортсменов
12. Общие положения правил соревнований в ИВС
13. Правила соревнований в ИВС. Требования к техническим приемам в ИВС
14. Правила соревнований в ИВС. Нарушения. Условия дисквалификации спортсмена, тренера.

15. Современные требования к единой терминологии и жестикуляции судей, судейским записям в ИВС.	
5.2. Темы письменных работ	
1. Конкретно-исторический характер спортивного соревнования. 2. Культурное предназначение «спортивной» модели соревнования. Эволюция соревновательного процесса. 3. Приоритетная роль этических и эстетических ценностей спортивных соревнований в олимпийском движении. 4. Отечественная физическая культура и спорт в истории мирового спортивного движения. 5. Понятие «спортивное соревнование». Основные функции – первичные и вторичные. 6. Особенности спортивных соревнований. 7. Общая структура спортивных соревнований. 8. Эволюция правил соревнований в ИВС 9. Оборудование для проведения соревнований различного уровня в ИВС 10. Влияние специфики соревнований на сферу спорта в целом. 11. Составные части соревнования. 12. Регистрация установленных рекордов и высших достижений. 13. Оформление документов для присвоения спортивных званий и разрядов. 14. Взаимодействие спортсменов в процессе соревнований. 15. Факторы, от которых зависит объективность и точность определения результатов. 16. Критерии определения спортивных результатов. 17. Административное руководство при подготовке нормативно-правовых актов по вопросам проведения соревнований. 18. Обеспечение специфической управленческой деятельности в системе соревнований. 19. Развитие материально-технической базы для проведения спортивно-массовых мероприятий. 20. Участие органов управления субъектов Федерации в подготовке и проведении комплексных соревнований. 21. Функции организаций районного и городского уровня при организации и проведении спортивных соревнований. 22. Значимость и эффективность прогнозов спортивных соревнований. 23. Документы отчетности главной судейской коллегии. 24. Соревнования в системе подготовки спортсмена. 25. Факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в ИВС.	
5.3. Фонд оценочных средств	
5.4. Перечень видов оценочных средств	
- Зачетные вопросы - Типовые учебные задания - Тестирование - Полноценные ответы на вопросы контрольной работы	
5.5. Рейтинг-план дисциплины	

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
6.1. Рекомендуемая литература	
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
6.3.1.1	-Система обучения с применением элементов дистанционных образовательных технологий // Официальный сайт
6.3.1.2	ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСИТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/
6.3.1.3	(регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжской ГУФКСИТ»).
6.3.1.4	-Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License - Распоряжение Министерства земельных и имущественных
6.3.1.5	отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование».
6.3.1.6	-Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLPNL Academic Edition - Номер лицензии: 65059285
6.3.1.7	(Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015).
6.3.1.8	-Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License –
6.3.1.9	Номер лицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионный договор с ООО «Софттрешения» №470 от
6.3.1.10	01.01.2016).
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Сайты:
6.3.2.2	1. ЭБС Лань : сайт. – Санкт-Петербург, 2017 – . – URL: https://e.lanbook.com/book (дата обращения:
6.3.2.3	28.08.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный.
6.3.2.4	2. ЭБС Юрайт : [сайт]. – Москва, 2013 – . – URL: https://urait.ru (дата обращения: 28.08.2025). – Текст:
6.3.2.5	электронный

6.3.2.6	3. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . URL: https://elibrary.ru (дата обращения 28.08.2025). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст: электронный.
6.3.2.7	4. Поволжский университет физической культуры, спорта и туризма : сайт. – Казань : ПГУФКСиТ, 2019 – . – URL: http://www.libsportacadem.ru (дата обращения 28.08.2025). – Текст: электронный.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Для проведения лекционных и методических занятий:
7.2	1. Лекционная аудитория № Е303. Площадь ауд. 190,1 кв.м. Оборудование: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, Персональный компьютер ICLRAY, Интерактивный монитор SmartPodium 524, Проектор M-Vision1080P400, Экран для проектора, подпружиненный DraperLuma2, Микшер SymmetrixJupiter 8, Усилитель мощности BehringeriNUKE, терминал видеоконференцсвязиLifeSize, ЖК телевизор LG 55LM620T (3 шт.), Матричный коммутатор HDMI-сигнала Dr.HD, микрофон ArthurForty AF-808 (2 шт.), беспроводная микрофонная система AKG DSR 70 DUAL, акустическая система активная APart MASK4T (8x25 Вт), доступ к Интернету
7.3	2. Учебная аудитория 1Б (УСК КПБ Буревестник) 66,5 кв.м., 26 посадочных мест. Оборудование: Персональный компьютер ICL RAY (1шт.), ЖК телевизор LG 55ln549e (1шт.), доступ к Интернету. Переносная двусторонняя магнитно-маркерная доска (200x100): для обеспечения наглядности, графических изображений. Стенды для обеспечения наглядности методического материала
7.4	3. Учебно-метод. аудитория (Е 702).
7.5	- Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.6	- ЖК телевизор LG 55ln549e (1 шт.): для презентаций лекционного материала.
7.7	- Магнитно-маркерная доска (1 шт.): для обеспечения наглядности, графических изображений в процессе теоретических занятий.
7.8	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.9	- абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ Xerox Phaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
7.10	- электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ Xerox Phaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам;
7.11	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.

2. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.

3. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

4. Ситуационная задача – проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы. Студентам излагается проблемная ситуация, связанная с их будущей профессиональной деятельностью и предлагается принять быстрое решение. Время решения задачи ограничено, при оценке учитывается не только правильность ответа, но и быстрота реакции, которая имеет важное значение в реальной ситуации.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Зачет с оценкой может проводиться в форме ответа на вопросы.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Пропущенные учебные занятия подлежат обработке.

Обработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма обработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Обработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит обработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях и методических занятиях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и сети Интернет, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ
 А.В. Павлова
 22.05.2015 г.

Рабочая программа дисциплины **Особенности научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики водных видов спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты 8	
в том числе:			
аудиторные занятия	45		
самостоятельная работа	63		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	7 (4.1)		8 (4.2)		Итого	
Неделя	13		11 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	4	4	6	6	10	10
Индивидуальные занятия	1	1			1	1
Методические занятия	20	20	14	14	34	34
Итого ауд.	25	25	20	20	45	45
Контактная работа	25	25	20	20	45	45
Сам. работа	11	11	52	52	63	63
Итого	36	36	72	72	108	108

Автор (ы) программы:

Ст. преподаватель Копылов Константин Васильевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 03 04 2025 г. №9

Зав. кафедрой И.о. Гибадуллин М.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель состоит в освоении компетенций
1.2	ОПК – 15 - Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования
1.3	ПК – 1.4 - Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной и спортивной практике

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Теория спорта
2.1.2	Теория и методика физической культуры
2.1.3	Физическая культура и спорт
2.1.4	Физиология человека
2.1.5	Спортивная физиология
2.1.6	Педагогика физической культуры и спорта
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОПК-15: Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования	
ОПК-15.1: Проводит научные исследования в сфере спортивной подготовки и сфере образования	

Знать: Методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта
Уметь: Производить анализ показателей прироста физических качеств, данных личного учета, аналитических данных педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений
Уметь: Выбирать тесты по виду спорта для проведения целевого тестирования занимающихся в условиях соревновательной деятельности с учетом изменяющихся условий
Владеть: Проведение анализа уровня подготовленности занимающихся по виду спорта (показатели прироста физических качеств, данные личного учета, аналитические данные педагогического наблюдения, медико-биологических и психологических обследований, антропометрических измерений)

ОПК-15.2: Определяет эффективность используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать: Методы оценки параметров физических данных занимающихся, способствующих перенесению высоких нагрузок при спортивной деятельности по виду спорта
Уметь: Оценивать уровень спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности и устойчивости занимающихся к сбивающим факторам
Владеть: Проведение анализа подготовленности занимающихся (оценка физических качеств и уровня освоения техники по виду спорта) методом наблюдения на спортивных мероприятиях

ОПК-15.3: Пользуется поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми системами в области физической культуры и спорта
--

Знать: Технология работы с поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами в области физической культуры и спорта
Уметь: Пользоваться поисковыми системами, информационными ресурсами, базами данных и цифровыми сервисами в области физической культуры и спорта
Уметь:

Пользоваться цифровыми технологиями и ресурсами электронной образовательной среды при выполнении работы

ОПК-15.4: Пользуется контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными техническими устройствами

Знать:

Назначение и порядок использования контрольно-измерительных приборов и аппаратуры

Уметь:

Пользоваться контрольно-измерительными приборами и аппаратурой, электронными и техническими устройствами

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта

ПК-1.4: Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной и спортивной практике

Уметь:

Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

Уметь:

Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						
1.1	Методология научно-исследовательской работы в циклических видах спорта /Тема/	7	0				
1.2	Основы научной деятельности в циклических видах спорта /Лек/	7	2				
1.3	Методология научно-исследовательской работы в циклических видах спорта /Ср/	7	4				
1.4	Методология научно-исследовательской работы в циклических видах спорта /Мет/	7	2				
1.5	Разработка основных положений научного аппарата. /Тема/	7	0				
1.6	Разработка основных положений научного аппарата /Лек/	7	2				
1.7	Разработка основных положений научного аппарата /Ср/	7	3				
1.8	Разработка основных положений научного аппарата /Мет/	7	4				
1.9	Разработка научного аппарата ВКР /ИЗ/	7	1				
1.10	Основные характеристики и логика педагогических исследований. /Тема/	7	0				
1.11	Основные характеристики и логика построения педагогических исследований /Мет/	7	4				
1.12	Методы педагогических исследований. /Тема/	7	0				
1.13	Методы педагогических исследований /Мет/	7	2				
1.14	Методы педагогических исследований в циклических видах спорта /Мет/	7	4				
1.15	Методы педагогических исследований в избранном виде спорта /Ср/	7	4				

1.16	Контрольные упражнения и тесты, используемые в циклических видах спорта. /Тема/	7	0				
1.17	Контрольные упражнения и тесты, используемые в циклических видах спорта /Мет/	7	4				
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Педагогический эксперимент и наблюдение /Тема/	8	0				
2.2	Педагогический эксперимент и наблюдение /Лек/	8	2				
2.3	Педагогический эксперимент и наблюдение /Мет/	8	2				
2.4	Особенности проведения педагогического наблюдения /Ср/	8	6				
2.5	Особенности проведения педагогического эксперимента в плавании /Ср/	8	6				
2.6	Подготовка выпускной квалификационной работы. /Тема/	8	0				
2.7	Подготовка выпускной квалификационной работы /Лек/	8	2				
2.8	Подготовка выпускной квалификационной работы /Мет/	8	0				
2.9	Подготовка выпускной квалификационной работы /Ср/	8	10				
2.10	Методы математической статистики /Тема/	8	0				
2.11	Методы математической статистики /Мет/	8	2				
2.12	Методы математической статистики /Ср/	8	4				
2.13	Обработка результатов научного исследования /Тема/	8	0				
2.14	Обработка результатов научного исследования /Мет/	8	2				
2.15	Обработка результатов научного исследования в программе excel /Ср/	8	4				
2.16	Обработка результатов научного исследования с использованием сервисов искусственного интеллекта /Ср/	8	6				
2.17	Оформление табличного и иллюстративного материала. /Тема/	8	0				
2.18	Оформление табличного и иллюстративного материала. /Мет/	8	2				
2.19	Оформление табличного и иллюстративного материала. /Ср/	8	4				
2.20	Оформление иллюстративного материала с использованием сервисов искусственного интеллекта /Ср/	8	4				
2.21	Особенности подготовки к защите и процедура защиты квалификационной работы /Тема/	8	0				
2.22	Особенности подготовки к защите и процедура защиты квалификационной работы /Лек/	8	2				
2.23	Особенности подготовки к защите и процедура защиты квалификационной работы /Мет/	8	6				

2.24	Особенности подготовки к защите и процедура защиты квалификационной работы /Ср/	8	8				
------	---	---	---	--	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Для объективной оценки уровня развития общей и специальной выносливости пловца, обеспечивающей переносимость тренировочных нагрузок, в первую очередь используют:
 - а) Измерение артериального давления в состоянии покоя.
 - б) Определение максимального числа отжиманий за одну минуту.
 - в) Специальные циклические тесты в водной среде или на тренажерах с регистрацией скорости, частоты сердечных сокращений и концентрации лактата в крови.
 - г) Анкетирование спортсмена о его самочувствии.
2. Способность мышц плечевого пояса и спины пловца длительное время выполнять мощные гребковые движения оценивают с помощью:
 - а) Измерения длины рук и размаха крыльев (размаха рук).
 - б) Тестов на силовую выносливость с использованием тренажеров, имитирующих основные фазы гребка, с фиксацией количества повторений или времени работы.
 - в) Пробы на задержку дыхания.
 - г) Анализа скорости на короткую дистанцию.
3. Простейший метод текущего контроля за уровнем утомления пловца и его способностью восстанавливаться между тренировочными отрезками — это:
 - а) Ежедневное взвешивание.
 - б) Регулярное выполнение стандартного контрольного проплыва на фиксированную дистанцию с последующим анализом времени и субъективных ощущений спортсмена.
 - в) Измерение температуры тела до и после занятия.
 - г) Проведение психологических тестов.
4. Ключевой параметр, напрямую влияющий на экономичность движений и, как следствие, на способность пловца рационально расходовать силы, — это:
 - а) Цвет и модель плавательных очков.
 - б) Техника выполнения спортивных способов плавания, оцениваемая методом визуального или инструментального (видеозапись) наблюдения.
 - в) Громкость выдоха в воду.
 - г) Температура воды в бассейне.
5. Для оценки скоростно-силовых качеств ног пловца, определяющих эффективность старта и поворотов, применяют:
 - а) Тест на плавучесть.
 - б) Прыжковые тесты на суше (прыжок в длину/высоту с места) или специальные измерения в воде (например, выпрыгивание после имитации поворота).
 - в) Подъем туловища из положения лежа на время.
 - г) Замер обхвата бедра.
6. Для оценки общей и специальной выносливости пловца, напрямую влияющей на переносимость высоких объемов тренировочных нагрузок, применяют:
 - а) Измерение времени задержки дыхания на суше.
 - б) Взвешивание до и после тренировки для оценки потери жидкости.
 - в) Контрольные проплывы на стандартные дистанции (например, 400, 800, 1500 м вольным стилем) с фиксацией результата.
 - г) Измерение обхвата бицепса в состоянии напряжения и расслабления.
7. Оценку силовых возможностей мышц плечевого пояса и спины, обеспечивающих эффективность гребка, проводят с помощью:
 - а) Теста на плавание под водой на 25 метров.
 - б) Упражнений с внешним отягощением, имитирующих гребковые движения (например, тяга блока к груди), с определением максимального веса или числа повторений.
 - в) Замера длины рук (размаха крыльев).
 - г) Пробы на гибкость позвоночника (наклон вперед).
8. Для определения состава тела пловца (процентного содержания мышечной и жировой ткани), что важно для оптимального соотношения силы и плавучести, используют:
 - а) Ежедневный замер пульса в покое.
 - б) Метод калиперометрии (измерение кожно-жировых складок) или биоимпедансный анализ.
 - в) Контроль скорости плавания на дистанции 50 метров.
 - г) Психологическое тестирование на устойчивость к стрессу.
9. Какой метод является ключевым для оценки функционального состояния кардио-респираторной системы пловца и его способности переносить интенсивные нагрузки?
 - а) Подсчет количества гребков на дистанции 100 метров.
 - б) Проведение ступенчатого теста с возрастающей нагрузкой в воде или на велоэргометре с регистрацией частоты сердечных сокращений и/или концентрации лактата.
 - в) Измерение обхвата грудной клетки на вдохе и выдохе.

г) Оценка цвета кожных покровов после финиша.

10. Оценку подвижности (гибкости) в плечевых и голеностопных суставах, критически важной для эффективной техники и предотвращения травм у пловцов, проводят методом:

а) Анализа видео старта.

б) Измерения амплитуды движений с помощью гониометра (например, отведение руки, тыльное сгибание стопы).

в) Контрольного проплыва 25 метров на спине.

г) Опроса спортсмена о наличии болевых ощущений.

11. Для проведения регулярного контроля за восстановлением спортсмена между тренировками в плавании тренер использует пульсоксиметр. Какова основная цель его применения в данном случае?

а) Измерение максимальной частоты сердечных сокращений во время заплыва.

б) Оценка уровня силовой выносливости мышц плечевого пояса.

в) Неинвазивный мониторинг насыщения крови кислородом и частоты пульса в состоянии покоя для оценки общего состояния организма.

г) Определение точного состава тела (процент жировой ткани).

12. В рамках учебно-тренировочного сбора для оценки аэробной производительности группы пловцов применяется портативный лактометр. Какой правильный порядок действий при его использовании?

а) Взять анализ крови у спортсмена до разминки, сразу после финиша и через 20 минут отдыха.

б) Измерить уровень лактата только один раз — утром натощак для установления базового уровня.

в) Взять капиллярную кровь (обычно из мочки пальца) у спортсмена сразу после выполнения стандартной ступенчатой нагрузки (например, 5×200 м) и на последующих минутах восстановления.

г) Использовать прибор для анализа состава пота спортсмена после тренировки.

13. Для анализа и коррекции техники плавания тренер применяет подводную и надводную видеосъемку в сочетании с программным обеспечением для видеоанализа. Какова главная задача этого комплекса аппаратуры?

а) Измерение температуры воды в разных точках бассейна.

б) Получение объективной визуальной информации о позе спортсмена, траектории движений рук и ног, положении тела в воде для последующего детального разбора.

в) Определение уровня эмоционального напряжения спортсмена во время заплыва.

г) Автоматический хронометраж дистанции.

14. При проведении углубленного медицинского обследования пловцов в условиях врачебно-физкультурного диспансера используется аппарат для проведения эхокардиографии (ЭхоКГ). Каково прямое назначение этого прибора в контексте оценки переносимости нагрузок?

а) Измерение жизненной емкости легких (ЖЕЛ).

б) Визуальная оценка состояния сердца (размеров камер, толщины стенок, сократительной функции) в покое и/или при дозированной физической нагрузке.

в) Анализ биохимического состава крови.

г) Тестирование скорости нервной проводимости.

15. Для оперативного контроля за текущим тренировочным эффектом и зонами интенсивности нагрузки тренер по плаванию использует спортивные часы (пульсометр) с функцией GPS. Какой основной параметр, регистрируемый этой аппаратурой, является ключевым для решения данной задачи?

а) Количество сожженных калорий.

б) Качество сна спортсмена.

в) Непрерывная регистрация частоты сердечных сокращений (ЧСС) во время всей тренировки с привязкой ко времени и скорости преодоления дистанции.

г) Измерение атмосферного давления.

16. Для чего тренер использует пульсометр (спортивные часы) во время тренировки пловца?

а) Для измерения длины бассейна.

б) Для контроля частоты сердечбиения спортсмена во время нагрузки.

в) Для записи количества гребков.

г) Для измерения температуры воды.

17. В каком порядке правильно применяют лактометр для оценки утомления после нагрузки?

а) Измерить уровень лактата у спортсмена за день до соревнований.

б) Взять каплю крови из пальца сразу после выполнения контрольного упражнения и через несколько минут восстановления.

в) Использовать прибор до начала разминки.

г) Анализировать кровь только утром натощак.

18. Главное назначение подводной видеокамеры в тренировке пловца — это:

а) Снять красивый ролик для социальных сетей.

б) Зафиксировать и детально разобрать технику движений спортсмена в воде.

в) Измерить глубину бассейна.

г) Определить чистоту воды.

19. Зачем используют велоэргометр или тредмил в тестировании пловцов, если они тренируются в воде?

а) Чтобы дать спортсмену отдохнуть от воды.

б) Для точного дозирования нагрузки и проведения стандартных функциональных проб (например, измерение МПК) в лабораторных условиях.

в) Для обучения спортсмена езде на велосипеде.

г) Для проверки гибкости позвоночника.

20. Какой прибор применяют для быстрой оценки состава тела (мышцы, жир) пловца?
- а) Термометр.
- б) Биоимпедансный анализатор (специальные весы-анализаторы или прибор с электродами).
- в) Секундомер.
- г) Штангенциркуль.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

5.4. Перечень видов оценочных средств

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

- | | |
|---------|--|
| 6.3.1.1 | 1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025 |
| 6.3.1.2 | Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016 |
| 6.3.1.3 | Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015) |
| 6.3.1.4 | Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023) |
| 6.3.1.5 | Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011) |

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- | | |
|---------|--|
| 6.3.2.1 | 1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения 14.12.2025). – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. |
| 6.3.2.2 | 2. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 14.12.2025). – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. |
| 6.3.2.3 | 3. Министерство науки и высшего образования РФ: официальный сайт. – Москва. – Текст: электронный. – URL: minobrnauki.gov.ru (дата обращения 14.12.2025). |
| 6.3.2.4 | 4. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 14.12.2025). |
| 6.3.2.5 | 5. Министерство по делам молодежи РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minmol.tatarstan.ru (дата обращения: 14.12.2025) |
| 6.3.2.6 | 6. Поволжская государственной университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Казань, 2025. – Текст: электронный. – URL: https://unifirst.ru/ (дата обращения 14.12.2025). |
| 6.3.2.7 | 7. Электронный каталог ПГАФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 14.12.2025). – Режим доступа для авторизованных пользователей в соответствии с внутренним порядком ГАФКСиТ. |
| 6.3.2.8 | 8. СТАТИСТИКА.ру: данные Росстат, Госкомстат государственная статистика России Госкомстат, Росстат и государственные службы статистики РФ : сайт. – Москва. – Текст: электронный. – URL: http://ssl.rosstat.gov.ru/ (дата обращения: 14.12.2025). |
| 6.3.2.9 | 9. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (да |

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

- | | |
|-----|--|
| 7.1 | А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету |
| 7.2 | ДВВС 3052 - Персональный компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету |

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Самостоятельная работа является обязательной частью курса, направленной на углублённое изучение материала и формирование ключевых компетенций, таких как поиск и критический анализ информации. Для её эффективного выполнения необходимо начать с внимательного изучения рабочей программы и составления реалистичного личного графика, разбив крупные задачи на последовательные этапы. Поиск информации следует вести не только в рекомендованной литературе, но и в академических базах данных, критически оценивая каждый источник на достоверность и актуальность. В процессе работы важно анализировать и сравнивать разные точки зрения, синтезируя полученные данные в собственные аргументированные выводы, а не просто копируя текст. Строго соблюдайте все предъявляемые требования к структуре, объёму и оформлению результата, чтобы избежать технических недочётов. После завершения работы обязательно проверьте себя на соответствие первоначальной цели и подготовьтесь к возможной защите или обсуждению, продумав ключевые тезисы. Оцениваться работа будет по критериям глубины раскрытия темы, самостоятельности выполнения, качеству используемых источников и логичности изложения. Для повышения эффективности организуйте регулярную работу в подходящих условиях, минимизируя отвлекающие факторы и чередуя виды умственной деятельности. Не стесняйтесь обращаться за консультацией к преподавателю в установленные часы, если возникли трудности с пониманием задачи или поиском материала. Помните, что главная цель — не просто формальное выполнение задания, а развитие навыков самоорганизации и системного мышления, необходимых для вашей будущей профессии.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины

Содержание и организация физического воспитания в общеобразовательной школе средствами плавания

Закреплена за кафедрой

Кафедра теории и методики водных видов спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание), Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 8

аудиторные занятия

44

самостоятельная работа

64

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс> , <Семестр на курсе>)	7 (4.1)		8 (4.2)		Итого	
Неделя	13		11 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	4	4	10	10
Практические	14	14	12	12	26	26
Методические занятия	4	4	4	4	8	8
Итого ауд.	24	24	20	20	44	44
Контактная работа	24	24	20	20	44	44
Сам. работа	12	12	52	52	64	64
Итого	36	36	72	72	108	108

Автор (ы) программы:

Доц. Басин Дмитрий Игоревич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 23 04 2025 г. № 9



Зав. кафедрой И.о. Гибадуллин М.Р.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	приобретение профильных ЗУНов в области планирования содержания и организации профессиональной деятельности в общеобразовательной школе
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Физическая культура и спорт	
2.1.2	Теория и методика физической культуры	
2.1.3	История физической культуры	
2.1.4	Анатомия человека	
2.1.5	Физиология человека	
2.1.6	Педагогика физической культуры и спорта	
2.1.7	Психология физической культуры и спорта	
2.1.8	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта**

ПК-1.1: Осуществляет разработку образовательных программ в области физической культуры и спорта

Знать:

Разрабатывать: основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

Уметь:

Разрабатывать: основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями

ПК-1.3: Планирует реализацию программы в сфере образования и спортивной подготовки

Уметь:

Планировать продолжительность и объемы реализации основной образовательной программы

Владеть:

Планирование образовательного процесса в предметной области физической культуры, направленного на реализацию основной образовательной программы в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов

ПК-1.4: Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной и спортивной практике

Уметь:

Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						

1.1	Место плавания в школьном физическом воспитании /Тема/	7	0				
1.2	Физическое воспитание в современном обществе. Место плавания в системе физического воспитания. Плавание как средство физического воспитания. Особенности содержания и организации урочных и внеурочных форм проведения плавания в школе. /Лек/	7	2	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4		
1.3	Документы планирования по Физической культуре /Тема/	7	0				
1.4	Учебный план общая продолжительность занятий и разделы программного материала с указанием часов на их прохождение по годам обучения. Учебная программа по физической культуре целевые установки и общие задачи педагогического процесса, объём знаний, умений и навыков, которые должны овладеть занимающиеся, перечень основных физических упражнений. Годовой План-график учебного процесса. Последовательность прохождения материала теоретического и практического разделов учебной программы по месяцам и неделям на протяжении одного года. Рабочий (тематический) план. Последовательное изложение содержания каждого урока учебной четверти (семестра). В плане представлены используемые средства и отражена методика обучения двигательным действиям и развития двигательных способностей. План-конспект урока. Постановка задач урока в соответствии с тематическим планированием. /Лек/	7	2	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
1.5	Содержание и организация учебного предмета по плаванию в младшем, среднем и старшем школьном возрасте /Тема/	7	0				
1.6	Особенности наполнения урока по плаванию содержанием в зависимости от задач урока, возрастных и индивидуальных особенностей организма обучающихся. Этапность в обучении техники способов плавания в общеобразовательной школе. Решение образовательных, развивающих, воспитательных и оздоровительных задач средствами плавания в рамках одного урока /Лек/	7	2	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			

1.7	Разработка документов планирования по физической культуре /Тема/	7	0				
1.8	Практическое (методическое) занятие № 1-2 Разработка документов планирования: Годовой план-график учебного процесса по физической культуре 5-9 класс. Рабочий (тематический) план содержания каждого урока учебной четверти по плаванию 5-9 класс. Распределение образовательных задач урока по плаванию и разработка содержания к поставленным задачам в зависимости от возраста обучающихся (5-9 класс) /Мет/	7	4	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
1.9	Проведение фрагмента основной части урока по плаванию /Тема/	7	0				
1.10	Практическое занятие № 1-7 Проведение фрагмента основной части урока по плаванию с решением образовательных задач, используя вариативность средств и методов обучения в зависимости от возраста занимающихся (обучение технике плавания в 5-ом, 7-ом, 9-ом классах) /Пр/	7	14	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
1.11	Подготовка заданий 1 модуля /Тема/	7	0				
1.12	Самостоятельная работа /Ср/	7	12	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания /Тема/	8	0				
2.2	Составление сметы проведения спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания. Разработка плана проведения спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания /Лек/	8	2	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
2.3	Особенности содержания и организации физической подготовки школьников /Тема/	8	0				
2.4	Особенности содержания физической подготовки средствами плавания с учетом возрастных и индивидуальных особенностей организма. Содержание и учет нагрузки в процессе физической подготовки средствами плавания в рамках школьного урока /Лек/	8	2	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			

2.5	Разработка документов для организации и проведения спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания Разработка содержания физической подготовки обучающихся младшего, среднего и старшего школьного возраста средствами плавания /Тема/	8	0				
2.6	1. Разработка сметы и плана спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания 2. Разработка содержания физической подготовки обучающихся младшего, среднего и старшего школьного возраста средствами плавания в рамках плана-конспекта фрагмента урока /Мет/	8	4	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
2.7	Проведение фрагмента основной части урока по плаванию /Тема/	8	0				
2.8	Практическое занятие № 8-14 Проведение фрагмента основной части урока по плаванию с решением развивающих задач, используя вариативность средств и методов развития физических качеств в зависимости от возраста занимающихся в младшем, среднем и старшем школьном звене /Пр/	8	14	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			
2.9	Подготовка заданий 2 модуля /Тема/	8	0				
2.10	Самостоятельная работа /Ср/	8	50	ПК-1.1-31 ПК-1.1-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Раздел 1 - Текущий контроль:

Разработка документов планирования по физической культуре:

1. Годовой план-график учебного процесса по физической культуре 5-9 класс.
2. Рабочий (тематический) план содержания каждого урока учебной четверти по плаванию 5-9 класс.
3. Распределение образовательных задач урока по плаванию и разработка содержания урока к поставленным задачам в зависимости от возраста обучающихся (5-9 класс)

Раздел 2 - Текущий контроль:

Разработка документации для организации и проведения спортивно- массовых мероприятий:

1. Разработка сметы и плана спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания;
2. Разработка содержания физической подготовки обучающихся младшего, среднего и старшего школьного возраста средствами плавания в рамках плана-конспекта фрагмента урока

Промежуточная аттестация

1. В общем согласовании движений способом баттерфляй, первый удар приходится на фазы:

- а) выход рук из воды и начало выноса рук вперед
- б) вход рук в воду и начало захвата
- в) отталкивание и выход рук из воды

2. В неподвижном положении на тело пловца действует:

- а) силы тяжести тела и выталкивающая сила воды

б) силы гидродинамического давления

в) силы центра сопротивления

3. Под техникой плавания понимается:

а) система движений спортивных способов плавания с максимальной скоростью проплывания.

б) система движений, позволяющих пловцу преодолевать соревновательную дистанцию с более высокой скоростью, оптимальной затратой сил и в соответствии с правилами соревнований.

в) преодоление соревновательной дистанции за короткий промежуток времени.

4. Плавание было включено в программу Олимпийских игр:

А. в 1896г

Б. в 1892г

В. в 1900г

5. Самая первая дисциплина, вошедшая в Олимпийскую программу и действующая до сих пор.

А. 100 м вольный стиль

Б. 200 м брасс

В. 400 м комплексное плавание

6. Три формы проявления быстроты.

А. Латентное время двигательной реакции, скорость одиночного движения, скорость движения.

Б. Латентное время двигательной реакции, скорость одиночного движения, частота движения.

В. Латентное время двигательной реакции, скорость одиночного движения, быстрота движения.

7. От чего зависит проявление быстроты?

А. Мощности анаэробных лактатных источников энергии, реактивности мышц и их вязкости, способности мышцы быстро переходить от напряженного состояния в расслабленное, состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата спортсмена.

Б. Мощности анаэробных алактатных источников энергии, реактивности мышц и их вязкости, способности мышцы быстро переходить от напряженного состояния в расслабленное, состояния ОДА и мышечного аппарата спортсмена.

В. Мощности анаэробных алактатных источников энергии, реактивности мышц и их вязкости, способности мышцы быстро переходить от напряженного состояния в расслабленное, состояния ЦНС и нервно-мышечного аппарата спортсмена.

8. Какие методические рекомендации при выполнении упражнений на быстроту нужно выполнять.

А. Необходимо следить за достаточным уровнем тонуса мышц при выполнении упражнений на быстроту, упражнения на развитие быстроты должны проводиться в начале занятия, с целью предотвращения или же уничтожения стереотипа движений в коре головного мозга применяют метод облегченных усилий.

Б. Необходимо следить за достаточным уровнем расслабления мышц при выполнении упражнений на быстроту, упражнения на развитие быстроты должны проводиться в начале занятия, с целью предотвращения или же уничтожения стереотипа движений в коре головного мозга применяют метод облегченных усилий.

В. Необходимо следить за достаточным уровнем расслабления мышц при выполнении упражнений на быстроту, упражнения на развитие быстроты должны проводиться в начале занятия, с целью предотвращения или же уничтожения стереотипа движений в коре головного мозга применяют метод усложненных усилий.

9. Перечислите 4 вида утомления.

А. Умственное, сенсорное, эмоциональное, физическое.

Б. Умственное, сенсорное, психологическое, физическое.

В. Умственное, сенсорное, темпераментное, физическое.

10. Что в большей степени определяет общую тренировочную работоспособность, то есть способность переносить значительный объем тренировочных нагрузок путем своевременной ликвидации кислородного долга в ходе занятий.

А. МОК (минутный объем крови).

Б. МПК (максимальное потребление кислорода). В. ЖЕЛ (жизненная емкость легких).

11. В каком пульсовом значении проходит аэробная развивающая нагрузка.

А. 150-170 уд. /мин.

Б. 160-170 уд. /мин.

В. 160-180 уд. /мин.

12. При развитии выносливости, используя непрерывно-равномерный метод тренировки в пульсовом значении 160 уд. /мин., какой физиологический эффект достигается.

А. «Большое сердце», капилляризация (увеличение суммарного диаметра сосудов), увеличение числа митохондрий, повышение емкости аэробной производительности, увеличение функциональных потоков печени и селезенки.

Б. Поддержание необходимого соотношения аэробных и анаэробных механизмов энергии, высокий уровень утилизации лактата, стрессовые напряжения.

В. Увеличение производительности сердца (увеличение систолического объема), улучшение тканевого дыхания, (количество капилляров, митохондрий, интенсивность окислительных процессов, увеличение емкости анаэробных процессов).

13. Последовательность развития выносливости в течении соревновательного сезона.

А. Общая выносливость, гликолитическая, алактатная.

Б. Алактатная выносливость, гликолитическая, общая выносливость.

В. Гликолитическая выносливость, общая выносливость, алактатная.

14. Последовательность развития выносливости в течении одного занятия.

А. Общая выносливость, гликолитическая, алактатная.

Б. Алактатная выносливость, гликолитическая, общая выносливость.

В. Гликолитическая выносливость, общая выносливость, алактатная.

15. При скольких повторениях в одном подходе развивается максимальная сила.

А. 1-6 повторений.

- Б. 6-12 повторений. В. 14 и более.
16. При скольких повторениях в одном подходе развивается реактивная сила.
- А. 1-6 повторений.
- Б. 6-12 повторений.
- В. 14 и более.
17. В динамическое мышечное напряжение входит:
- А. Изометрическое и эксцентрическое.
- Б. Концентрическое и эксцентрическое.
- В. Концентрическое и изометрическое.
18. Виды координации.
- А. Внутримышечная координация, межмышечная координация, вестибулярная координация.
- Б. Внутримышечная координация, межмышечная координация, нервно-мышечная координация.
- В. Внутримышечная координация, межмышечная координация, сенсорно-мышечная координация.
19. Как по мнению Н.А. Бернштейн, определяя «ловкость», необходимо справиться с любой возникшей двигательной задачей.
- А. Правильно, быстро, рационально, находчиво.
- Б. Рационально, быстро, правильно, находчиво.
- В. Быстро, рационально, правильно, находчиво.
20. Перечислите критерии координационных способностей
- А. Точность и экономичность выполненных движений, время, необходимое для овладения сложным, способность к выполнению неожиданных двигательных действий, трудность решаемой двигательной задачи, коррекции движений по ходу их выполнения, умение сочетать и связывать однообразные движения в зависимости от ситуации.
- Б. Точность и экономичность выполненных движений; время, необходимое для овладения сложным; способность к выполнению неожиданных двигательных действий; легкость решаемой двигательной задачи, коррекции движений по ходу их выполнения; умение сочетать и связывать разнообразные движения в зависимости от ситуации.
- В. Точность и экономичность выполненных движений, время, необходимое для овладения сложным, способность к выполнению неожиданных двигательных действий, трудность решаемой двигательной задачи, коррекции движений по ходу их выполнения, умение сочетать и связывать разнообразные движения в зависимости от ситуации.
21. Методика развития координационных способностей.
- А. Внесение строго регламентированных изменений в отдельные параметры привычного действия или способа его выполнения в стандартных внешних условиях; стандартное выполнение движений, действий; изменение внешних условий, вынуждающее варьировать привычные формы координации движений.
- Б. Произвольное внесение изменений в отдельные параметры привычного действия или способа его выполнения в стандартных внешних условиях; комбинаторное варьирование движений, действий; изменение внешних условий, вынуждающее варьировать привычные формы координации движений.
- В. Внесение строго регламентированных изменений в отдельные параметры привычного действия или способа его выполнения в стандартных внешних условиях; комбинаторное варьирование движений, действий; изменение внешних условий, вынуждающее варьировать привычные формы координации движений.
22. Сенситивный период тренировки для дифференцировки мышечных усилий.
- А. После 8-9 лет.
- Б. После 10-11 лет.
- В. После 12-13 лет.
23. Перечислите основные факторы, влияющие на гибкость.
- А. Эластичность мышц и сухожилий; способность нервно-мышечного аппарата тормозить мышцы синергисты; утомление, после длительной работы на выносливость – гибкость уменьшается; возраст, пол.
- Б. Эластичность мышц и сухожилий; способность опорно-двигательного аппарата тормозить мышцы антагонисты; утомление, после длительной работы на выносливость – гибкость уменьшается; возраст, пол.
- В. Эластичность мышц и сухожилий; способность нервно-мышечного аппарата тормозить мышцы антагонисты; утомление, после длительной работы на выносливость – гибкость уменьшается; возраст, пол.
24. В какое время суток гибкость наибольшая.
- А. Утро.
- Б. День.
- В. Вечер.
25. Назовите три вида напряженности.
- А. Гипермиотония; скоростная напряженность, координационная напряженность.
- Б. Гипормиотония; скоростная напряженность, координационная напряженность.
- В. Гипермиотония; скоростная напряженность, психологическая

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности в

процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.
2. Решение задач по созданию моделей (Документы планирования по физической культуре (раздел легкая атлетика), разработка сметы и плана спортивно-массового мероприятия) - это специально организованный преподавателем и самостоятельно выполняемый обучающимися комплекс действий, завершающихся созданием творческого продукта, представляет собой гибкую модель организации образовательно-воспитательного процесса, связанную с будущей профессиональной деятельностью обучающегося, формирующую профессиональные, коммуникативные, социальные компетенции.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Зачет проводится в форме ответа на вопросы теста. Правильный ответ на вопрос оценивается в 2 балла. Тест на зачете содержит 25 вопросов.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Раздел 1 - Текущий контроль

1. Годовой план-график учебного процесса по физической культуре 5-9 класс.
2. Рабочий (тематический) план содержания каждого урока учебной четверти по плаванию 5-9 класс.
3. Распределение образовательных задач урока по плаванию и разработка содержания урока к поставленным задачам в зависимости от возраста обучающихся (5-9 класс)
4. Проведение фрагмента урока с помощью разработанных документов

Раздел 2 - Текущий контроль:

Разработка документации для организации и проведения спортивно- массовых мероприятий:

1. Разработка сметы и плана спортивно- массовых мероприятий, направленных на популяризацию плавания;
2. Разработка содержания физической подготовки обучающихся младшего, среднего и старшего школьного возраста средствами плавания в рамках плана-конспекта фрагмента урока
3. Проведение фрагмента урока с помощью разработанных документов

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Ким Т. К.	Научные основы физического воспитания в системе «семья-школа»: монография	Москва: МПГУ, 2016
Л1.2	Ошкина А. А.	Теории и технологии физического воспитания детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие	Тольятти: ТГУ, 2013
Л1.3	Садовая С. С.	Физическое воспитание в воспитание в профессиональных образовательных организациях: методическое пособие	Волгоград: ВГАФК, 2018
Л1.4	Матвеев Л. П.	Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник	Москва: Спорт-Человек, 2021

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025		
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016		
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)		

6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	Лекционная аудитория № Е303. Площадь ауд. 190,1 кв.м. Оборудование: интерактивная доска SMART Board
7.2	685i5 со встроенным проектором UF75W, Персональный компьютер ICLRAY, Интерактивный монитор
7.3	SmartPodium 524, Проектор M-Vision1080P400, Экран для проектора, подпружиненный DraperLuma2, Микшер
7.4	SymmetrixJupiter 8, Усилитель мощности BehringeriNUKE, терминал видеоконференцсвязиLifeSize, ЖК телевизор LG
7.5	55LM620T (3 шт.),Матричный коммутатор HDMI-сигнала Dr.HD, микрофон ArthurForty AF-808 (2 шт.),
7.6	беспроводная микрофонная система AKG DSR 70 DUAL, акустическая система активная APart MASK4T (8x25 Вт),
7.7	доступ к Интернету
7.8	Учебная аудитория 1Б (УСК КПБ Буревестник) 66,5 кв.м., 26 посадочных мест. Оборудование: Персональный
7.9	компьютер ICL RAY (1шт.), ЖК телевизор LG 55ln549e (1шт.), доступ к Интернету. Переносная двусторонняя
7.10	магнитно-маркерная доска (200x100): для обеспечения наглядности, графических изображений
7.11	
7.12	Плавательный бассейн 50 м с минимальной глубиной 1,35 м
7.13	Переносная видеокамера.
7.14	Плавательные доски и колобаши, ласты, трубки, лопатки, ватерпольные мячи, нудлс, секундомеры (ручной и два стационарных), шест, конец Александра, тренажер для отработки оказания первой медицинской помощи при утоплении и пр., для организации практических занятий различной направленности.
7.15	Система электронного финиш старта «Омега»
7.16	Электронное табло
7.17	Стартовые тумбы
7.18	Передвижная платформа
7.19	Разделительные дорожки
7.20	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
Виды и формы отработки пропущенных занятий Пропущенные учебные занятия подлежат отработке. Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем. Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем. Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами. Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы. Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10-15 стр. Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
--

Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:

- абонемент 269,28 кв.м.: персональный компьютер ICL RAY – 4 шт., доступ к Интернет, МФУ XeroxPhaser 3320, МФУ Xerox PS Fax, МФУ HP Laserjet V1530 MFP;
- электронный читальный зал 108 кв.м.: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, МФУ XeroxPhaser 3320 XPS – для сотрудника электронного читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам.
- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.

Обучающиеся инвалиды и лица с ОВЗ обеспечиваются печатными и электронными образовательными ресурсами (программы, учебники, учебные пособия, материалы для самостоятельной работы и т.д.) в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации: для лиц с нарушениями зрения: в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, в форме аудиофайла, в печатной форме на языке Брайля; для лиц с нарушениями слуха: в печатной форме, в форме электронного документа; для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в печатной форме, в форме электронного документа, в форме аудиофайла.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ
А.В. Павлова

22.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины Информационные технологии

Закреплена за кафедрой

Кафедра информационных систем и фиджитал спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание), Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

4 ЗЕТ

Часов по учебному плану

144

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 4

аудиторные занятия

67

самостоятельная работа

77

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		Итого	
	Неделя		18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	4	4	4	4	8	8
Практические	28	28	30	30	58	58
Индивидуальные занятия			1	1	1	1
Итого ауд.	32	32	35	35	67	67
Контактная работа	32	32	35	35	67	67
Сам. работа	40	40	37	37	77	77
Итого	72	72	72	72	144	144

Автор (ы) программы:

к.п.н., доц., Хадичуллина Резеда Ринатовна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой И.о. Любягина О.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель изучения дисциплины «Информационные технологии» направлена на формирование у студентов бакалавриата компетенций, позволяющих эффективно искать, анализировать и обрабатывать информацию, применять методы автоматизации процессов сбора и хранения данных, осваивать современное программное обеспечение и облачные сервисы, а также формировать устойчивые навыки работы с различными видами компьютерных устройств и мультимедиа-технологий.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП: Б1.В	
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Прикладная статистика
2.2.2	Видеоанализ в спорте

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
УК-1: Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	
УК-1.6: Находит релевантную информацию в различных источниках, в том числе с применением информационных технологий	

Знать:	
– о методике поиска, сбора и обработки информации; – о способах автоматизированного сбора с помощью поисковых информационных систем	
Уметь:	
– применять методики поиска, сбора и обработки информации в профессиональной деятельности; – применять офисные технологии и специальное программное обеспечение в профессиональной деятельности.	
Владеть:	
– навыки поиска данных в сети Интернет и использования мировых информационных ресурсов для обеспечения профессиональной деятельности; – навыки работы в специализированных программах, навыки работы с основными средствами коммуникации, современными мультимедийными устройства, базами данных; – навыки работы с компьютером, как средством управления информацией.	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)				
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции
	Раздел 1. Раздел 1. Модуль 1. Информация и информационные технологии в профессиональной деятельности. Информатизация общества. Операционная система Windows. Текстовый редактор Microsoft Word. Редактор			
1.1	Информация и информационные технологии. Информатизация общества /Тема/	1	0	
1.2	Информация. Информационные процессы. Информационные технологии. Этапы развития информационных технологий и средств вычислительной техники. Информатизация общества. /Лек/	1	2	УК-1.6-31
1.3	Информация. Информационные процессы. Информационные технологии. Этапы развития информационных технологий и средств вычислительной техники. Информатизация общества. /Ср/	1	20	УК-1.6-31
1.4	Информационные технологии в профессиональной деятельности /Тема/	1	0	

1.5	Аппаратное обеспечение. Программное обеспечение. Сети, интернет. Значение и применение информационных технологий в различных областях профессиональной деятельности. /Лек/	1	2	УК-1.6-31
1.6	Аппаратное обеспечение. Программное обеспечение. Сети, интернет. Значение и применение информационных технологий в различных областях профессиональной деятельности. /Ср/	1	20	УК-1.6-31
1.7	Операционная система Windows. Графический редактор Paint. Создание документа в Micosoft Publicher /Тема/	1	0	
1.8	Изучение основных элементов операционной системы Windows. Настройка операционной системы Windows. Файловая структура Windows. Программа Проводник. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.9	Стандартные приложения Windows. Графический редактор Paint. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.10	Создание документа в Micosoft Publicher /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.11	Создание и обработка информации в текстовом редакторе Microsoft Word /Тема/	1	0	
1.12	Создание и обработка простых текстовых документов. Форматирование страницы и абзацев. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.13	Создание маркированных, нумерованных и многоуровневых списков. Создание колонок. /Пр/	1	2	УК-1.6-В1 УК-1.6-У1
1.14	Создание и форматирование таблиц /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.15	Создание иллюстраций. Табулирование. Работа с редактором формул. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.16	Подготовка и форматирование структурированного документа. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.17	Слияние документов. /Пр/	1	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.18	Контрольная работа по Microsoft Word /Пр/	1	4	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
1.19	Создание и оформление презентаций в Microsoft PowerPoint /Тема/	1	0	
1.20	Основные инструменты при создании презентации: переходы, анимация, Smart Art, WordArt; вставка и редактирование изображения, звука, видео. /Пр/	1	6	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
	Раздел 2. Раздел 2. Модуль 2. Электронные таблицы. Базы данных. Облачные технологии. Искусственный интеллект. Операционная система Astra Linux			
2.1	Создание и обработка информации в табличном редакторе Microsoft Excel /Тема/	2	0	
2.2	Обработка данных средствами электронных таблиц в Microsoft Excel. Ввод данных и работа со встроенными функциями. /Пр/	2	4	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1

2.3	Основные приемы работы с электронными таблицами функции категории логические. Построение диаграмм. /Пр/	2	4	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.4	Основы создания баз данных в Microsoft Access /Тема/	2	0	
2.5	Работа с базами данных. Создание таблиц и форм в СУБД Microsoft Access. Создание форм, запросов и отчетов в СУБД Microsoft Access. /Пр/	2	4	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.6	Облачные технологии /Тема/	2	0	
2.7	Облачные технологии: их использование в профессиональной деятельности. Создание и работа с текстовыми документами и электронными таблицами. Организация совместной работы над документами. Создание и работа с презентациями. Календарь. /Пр/	2	6	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.8	Искусственный интеллект /Тема/	2	0	
2.9	Искусственный интеллект: составление промптов. Основные задачи систем искусственного интеллекта. /Лек/	2	2	УК-1.6-31
2.10	Применение систем искусственного интеллекта в обработке информации: работа с графикой, работа с аудио- и видео-информацией, генерация и обработка текстов. /Пр/	2	6	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.11	Подготовка индивидуального задания с использованием искусственного интеллекта /ИЗ/	2	1	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.12	Подготовка индивидуального задания с использованием искусственного интеллекта /Ср/	2	37	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.13	Защита проекта - индивидуального задания /Пр/	2	2	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1
2.14	Операционная система Astra Linux /Тема/	2	0	
2.15	Операционная система Astra Linux: основные настройки. /Лек/	2	2	УК-1.6-31
2.16	Astra Linux: работа в текстовом редакторе, работа в табличном редакторе, работа в редакторе по созданию презентаций /Пр/	2	4	УК-1.6-У1 УК-1.6-В1

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Контрольные вопросы для письменного опроса

ТЕМА. ОПЕРАЦИОННАЯ СИСТЕМА WINDOWS 7: ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ, НАСТРОЙКА, СТАНДАРТНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ

1 вариант

1. Для чего предназначена программа Проводник?
2. Каковы структура и назначение меню?
3. Какие операции можно выполнять с помощью правой кнопки мыши?
4. Для чего нужны ярлыки?
5. Как выделить в окне папки несмежные объекты?
6. Как найти файл, папку?
7. Что такое автоматический запуск приложений?
8. Перечислите виды поиска данных.
9. Как происходит настройка системных часов?
10. Как можно переименовать, удалить папку, файл, ярлык?

11. Чем различаются операции Заккрыть окно приложения или документа и Свернуть окно?
12. Какие операции можно выполнять с файлами и папками?
13. Что такое буфер обмена? Какими способами можно поместить объект или фрагмент в буфер обмена?
14. Перечислите средства настройки операционной системы Windows 7.
15. Перечислите основные инструменты программы Paint и укажите их назначение.

2 вариант

1. Каковы функции приложения Мой компьютер?
2. Какие типы окон имеются в программе Windows?
3. Какие операции можно выполнять с помощью левой кнопки мыши?
4. Каково назначение диалоговых окон? Перечислите основные элементы диалоговых окон и укажите их назначение.
5. Какие операции можно выполнять с ярлыками?
6. Как выделить в окне папки смежные объекты?
7. Каким образом можно получить полную, краткую и частичную информацию о файлах, папках?
8. Для чего необходим автоматический поиск данных?
9. Каковы различия растровых и векторных шрифтов?
10. Как происходит настройка календаря?
11. Каковы основные функции Корзины?
12. Назовите все возможные способы запуска приложений и открытия документов.
13. Как можно переименовать, удалить папку, файл, ярлык?
14. Какие настройки оформления рабочей среды вы знаете?
15. Каким образом можно ввести текст в рисунок, созданный в графическом редакторе Paint?

ТЕМА. СОЗДАНИЕ И ОБРАБОТКА ТЕКСТОВОЙ ИНФОРМАЦИИ СРЕДСТВАМИ ТЕКСТОВОГО РЕДАКТОРА MS WORD. СОЗДАНИЕ ПРОСТЫХ И СТРУКТУРИРОВАННЫХ ТЕКСТОВЫХ ДОКУМЕНТОВ

1 вариант

1. Назовите основные вкладки ленты программы Microsoft Word и укажите их функциональное назначение.
2. Как настроить размер и ориентацию бумаги документа Word?
3. Как установить размер шрифта?
4. Каким образом можно просмотреть документ в режиме предварительного просмотра?
5. Чем отличается нумерованный список от маркированного?
6. Как вставить разделитель между колонками?
7. Какими способами в документах Word можно создавать таблицы?
8. Как отредактировать диаграмму, созданную в Microsoft Word?
9. Как в текстовом редакторе Microsoft Word создается многослойный рисунок?
10. Каким образом окрашивается рисунок, создается ее тень?
11. Что такое табулирование и для чего оно служит?
12. В какой последовательности создается дробь, матрица?
13. Что такое слияние документов?
14. Как создать оглавление?
15. Что такое внутренние и внешние ссылки?
16. Для чего необходимо рецензирование?

2 вариант

1. Каким образом в программе Word можно работать одновременно с несколькими документами?
2. Что необходимо сделать для настройки размеров полей документа?
3. Каким образом можно смещать абзац?
4. Как изменить межстрочный интервал?
5. Для чего необходим многоуровневый список, как он создается?
6. Как отменить разбиение документа на колонки?
7. Какими способами в документах Word можно создавать диаграммы?
8. Как в таблицах Word выполняются вычисления?
9. Что надо сделать, чтобы сгруппировать элементы рисунка?
10. Как создается надпись на автофигуре?
11. Как оформляется фигурный заголовок?
12. Как проставляются верхние и нижние индексы?
13. Какие действия необходимо сделать для слияния двух документов?
14. Для чего необходимо обновление оглавления?
15. Как отредактировать колонтитул?
16. Как создается примечание в документе?

ТЕМА. СОЗДАНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИЙ. MS Power Point

1 вариант

1. Как можно изменить оформление (дизайн) презентации?
2. Что такое макеты слайдов? Для чего их используют?
3. Как установить анимационные эффекты для объектов на слайде?
4. Как скрыть, а затем показать скрытый слайд?
5. В каких форматах можно сохранять файлы презентации Power Point?
6. Каким образом создается надпись на слайдах?

7. Как осуществляется переход от одного слайда к другому?
8. Какие существуют режимы отображения и работы с презентацией в программе Power Point?
9. Каким образом в презентации можно скорректировать размеры рисунка?
10. Что такое сортировщик слайдов и для чего он служит?
11. Что такое Smart Art и для чего он необходим? Привести примеры объектов Smart Art.
12. Перечислите некоторые художественные эффекты, применяемые к оформлению рисунков.
13. Как выполняется демонстрация презентации?
14. Назовите комбинацию клавиш, применяемых для создания эффекта лазерной указки.

2 вариант

1. Как задаются эффекты перехода слайдов? Привести примеры переходов.
2. Какие существуют режимы отображения и работы с презентацией в программе Power Point?
3. Как выполняется демонстрация презентации?
4. Как можно изменить оформление (дизайн) презентации?
5. Как создать в презентации гиперссылки?
6. Как продублировать слайд?
7. Что такое анимация, для чего служит и как создается?
8. Как презентацию преобразовать в видеофайл?
9. Как оформляется закладка в видеосюжете? И для чего она нужна?
10. Каким образом в презентации можно скорректировать размеры рисунка?
11. Что такое WordArt и для чего он необходим?
12. Как можно удалить фон рисунка?
13. Каким образом можно использовать анимационный эффект по образцу?
14. Как добавить на слайд снимок экрана?

ТЕМА. ЭЛЕКТРОННЫЕ ТАБЛИЦЫ MICROSOFT EXCEL

1 вариант

1. Каково назначение и основные функциональные возможности табличного процессора Microsoft Excel?
2. Какие операции можно выполнять с рабочими листами?
3. Как объединить ячейки, как снять объединение?
4. Какие возможности предоставляет диалоговое окно Формат ячеек?
5. Как оформить таблицу рамками и заливкой?
6. Какие типы данных могут быть введены в ячейки электронной таблицы?
7. Что такое относительная адресация?
8. Какой символ используется для указания абсолютной адресации?
9. Какая информация отражается в строке состояния?
10. Каковы основные функции маркера автозаполнения?
11. Какие основные типы функций используются в Microsoft Excel?
12. Что такое аргументы функции?
13. Перечислите логические функции.
14. Как построить и отредактировать в электронной таблице Microsoft Excel диаграмму?
15. Что такое легенда диаграммы? Как она формируется?

2 вариант

1. Назовите основные элементы программы Microsoft Excel и укажите их функциональное назначение.
2. Как скопировать или переместить ячейку, блок ячеек, рабочий лист?
3. Как разбить текст ячеек на несколько строк?
4. Как изменить ширину столбцов и высоту строк?
5. Как нужно вводить числовые данные и даты, чтобы программа воспринимала их как текст?
6. Назовите элементы строки формул и укажите их назначение.
7. Назовите и охарактеризуйте основные типы данных в ячейках таблицы.
8. Что такое абсолютная адресация?
9. Как переименовать рабочий лист?
10. Как изменить ширину столбцов и высоту строк?
11. Как оформить таблицу рамками и заливкой?
12. Какими способами можно отсортировать данные электронной таблицы Microsoft Excel?
13. Какие способы вызова функции вы знаете?
14. Что такое диаграмма в Microsoft Excel? Каково ее назначение?
15. Для чего необходимы подписи данных? Как они формируются?

ТЕМА. РАБОТА С БАЗАМИ ДАННЫХ. РАБОТА С СУБД MICROSOFT ACCESS

1 вариант

1. Каково назначение базы данных?
2. Каковы режимы работы с базами данных?
3. Какие типы данных вы знаете?
4. Раскройте работу режима Конструктор.
5. Что такое Запрос? Для чего он нужен?
6. Для чего нужен режим Формы?

7. Перечислите элементы управления Формы.
8. Для чего нужен Отчет и как он создается?
9. Как формируются межтабличные связи?
10. Что служит для управления последовательностью перехода?

2 вариант

1. Какова структура простейшей базы данных?
2. Перечислите свойства полей базы данных.
3. Для чего создаются связи между таблицами?
4. Перечислите виды Запросов.
5. Как создается сложный Запрос?
6. Что такое Мастер форм?
7. Раскрыть структуру Формы.
8. Назовите средство автоматизированного создания Отчетов.
9. Что такое элементы управления Формы?
10. Какие межтабличные связи вы знаете?

Вопросы для устного опроса для текущего контроля и промежуточной аттестации

Модуль 1

Тема 1. Информация и информационные технологии. Информатизация общества

1. Что такое информация?
2. Какие существуют этапы развития информационных технологий и средств вычислительной техники?
3. Дайте определение информатизации общества.
4. Приведите примеры современных информационных процессов.

Тема 2. Информационные технологии в профессиональной деятельности

1. Назовите аппаратное и программное обеспечение, используемое в профессиональной деятельности.
2. Объясните значение сетей и Интернета в профессиональной сфере.
3. Какие области профессиональной деятельности наиболее активно используют информационные технологии?

Тема 3. Операционная система Windows

1. Перечислите основные элементы интерфейса операционной системы Windows.
2. Как настроить операционную систему Windows?
3. Что представляет собой файловая структура Windows?
4. Для чего используется программа Проводник?
5. Какие стандартные приложения входят в состав Windows?
6. Чем занимается графический редактор Paint?
7. Расскажите о процессе создания документа в Microsoft Publisher.

Тема 4. Создание и обработка информации в текстовом редакторе Microsoft Word

1. Как создать простой текстовый документ в Microsoft Word?
2. Охарактеризуйте процесс форматирования страниц и абзацев.
3. Какой инструмент позволяет создавать маркированные, нумерованные и многоуровневые списки?
4. Как создаются и форматируются таблицы в Microsoft Word?
5. Как работают инструменты иллюстрирования текста?
6. Что такое табуляция и как её применять?
7. Как правильно пользоваться редактором формул?
8. В чём заключается подготовка и форматирование структурированных документов?
9. Объясните принцип слияния документов.

Тема 5. Создание и оформление презентаций в Microsoft PowerPoint

1. Какие ошибки чаще всего допускаются при создании презентаций?
2. Назовите основные инструменты при оформлении презентаций.
3. Какова роль анимации и переходов в презентациях?
4. Какие возможности предоставляет объект Smart Art?
5. Как добавить и отредактировать изображения, звук и видео в презентацию?

Модуль 2

Тема 6. Создание и обработка информации в табличном редакторе Microsoft Excel

1. Почему важно уметь обрабатывать данные средствами электронных таблиц?
2. Как вводить данные и работать со встроенными функциями в Microsoft Excel?
3. Какие виды функций используются в Excel и зачем нужны логические функции?
4. Что представляют собой диаграммы и как их строить?

Тема 7. Основы создания баз данных в Microsoft Access

1. Определите понятие базы данных.
2. Зачем необходимы запросы и отчёты в СУБД Microsoft Access?
3. Как организовать работу с таблицами и формами в MS Access?

Тема 8. Облачные технологии

1. Что включают облачные технологии и почему они важны в профессиональной деятельности?
2. Как организуется совместная работа над документами в облаке?
3. Можно ли совместно создавать и редактировать презентации онлайн?
4. В чём преимущества календаря Google и аналогичных сервисов?

Тема 9. Искусственный интеллект

1. Что понимается под искусственным интеллектом?
2. Какие задачи решают современные системы искусственного интеллекта?
3. Применяются ли технологии искусственного интеллекта в работе с графикой, аудио и видео?
4. Где применяется генерация и обработка текстов с использованием AI?

Тема 10. Операционная система Astra Linux

1. Чем отличается операционная система Astra Linux от других ОС?
2. Как произвести основные настройки в Astra Linux?
3. Возможна ли работа с текстовым редактором, электронными таблицами и презентациями в Astra Linux?

Тестовые вопросы для промежуточной аттестации

Модуль 1

Тема 1. Информация и информационные технологии. Информатизация общества

1. Что называется информацией согласно определению?

- A) Процесс передачи сообщений
- B) Набор символов и знаков
- C) Данные, имеющие смысл и используемые человеком
- D) Сигнал, передающийся по каналам связи

Правильный ответ: C) Данные, имеющие смысл и используемые человеком

2. К какому этапу относится появление персональных компьютеров?

- A) Четвертый этап
- B) Третий этап
- C) Первый этап
- D) Второй этап

Правильный ответ: B) Третий этап

3. Выберите правильное утверждение относительно понятия "информатизация":

- A) Это процесс распространения компьютерных технологий среди пользователей
- B) Автоматизация управления производством
- C) Интеграция информационных ресурсов и цифровых технологий в социальную жизнь
- D) Повышение уровня образования населения

Правильный ответ: C) Интеграция информационных ресурсов и цифровых технологий в социальную жизнь

4. Какие два типа информационных процессов выделяют?

- A) Сбор и хранение
- B) Передача и преобразование
- C) Анализ и синтез
- D) Все вышеперечисленные

Правильный ответ: D) Все вышеперечисленные

Тема 2. Информационные технологии в профессиональной деятельности

5. Укажите компонент программного обеспечения компьютера:

- A) Материнская плата
- B) Монитор
- C) Антивирусная программа
- D) Внешняя память

Правильный ответ: C) Антивирусная программа

6. Какие сети относятся к локальным сетям?

- A) WAN
- B) MAN
- C) LAN
- D) VPN

Правильный ответ: C) LAN

7. Что понимается под понятием «ИТ-инфраструктура»?

- A) Совокупность технических средств связи.
 - B) Набор аппаратных и программных компонентов, обеспечивающих функционирование ИТ-сервисов.
 - C) Техническое оснащение рабочего места сотрудника.
 - D) Пользовательские интерфейсы программных продуктов.
- Правильный ответ: B) Набор аппаратных и программных компонентов, обеспечивающих функционирование ИТ-сервисов.

Тема 3. Операционная система Windows

8. Как запустить диспетчер задач в Windows?

- A) Через поисковую строку.
 - B) Используя комбинацию клавиш Ctrl + Alt + Del.
 - C) Из командной строки cmd.exe.
 - D) Запустив файл taskmgr.exe.
- Правильный ответ: B) Используя комбинацию клавиш Ctrl + Alt + Del.

9. Что означает режим гибернации в Windows?

- A) Временная приостановка работы всех процессов на ПК.
- B) Быстрое завершение сеанса пользователя.
- C) Сохранение текущего состояния системы на жесткий диск с последующим полным отключением питания.
- D) Режим автоматического обновления драйверов устройства.

Правильный ответ: C) Сохранение текущего состояния системы на жесткий диск с последующим полным отключением питания.

10. Основное назначение папки «Корзина»?

- A) Хранение временных файлов
 - B) Временное хранилище удалённых файлов
 - C) Место хранения ярлыков приложений
 - D) Локальное хранилище резервных копий
- Правильный ответ: B) Временное хранилище удалённых файлов

Тема 4. Создание и обработка информации в текстовом редакторе Microsoft Word

11. Для чего предназначен инструмент «Абзац» в Microsoft Word?

- A) Изменение стиля шрифта
 - B) Установка отступов и интервалов
 - C) Проверка орфографии
 - D) Добавление гиперссылок
- Правильный ответ: B) Установка отступов и интервалов

12. Как сохранить документ в формате PDF в программе Microsoft Word?

- A) Выберите команду «Файл» → «Сохранить как», выберите тип файла PDF и нажмите «Сохранить».
- B) Используйте горячие клавиши Ctrl+S.
- C) Воспользуйтесь командой «Редактировать» → «Экспортировать».
- D) Щёлкните правой кнопкой мыши по документу и выберите «Конвертировать в PDF».

Правильный ответ: A) Выберите команду «Файл» → «Сохранить как», выберите тип файла PDF и нажмите «Сохранить».

13. Как применить выравнивание абзаца по ширине страницы в Microsoft Word?

- A) Нажмите сочетание клавиш Shift+Enter.
 - B) Выполните команду «Формат» → «Выравнивание по левому краю».
 - C) Щёлкните на значок «Выровнять по ширине» на панели инструментов («Абзац»).
 - D) Задайте ручную отступы слева и справа для каждой строки.
- Правильный ответ: C) Щёлкните на значок «Выровнять по ширине» на панели инструментов («Абзац»).

Тема 5. Создание и оформление презентаций в Microsoft PowerPoint

14. Основной элемент оформления в PowerPoint?

- A) Эффекты перехода
 - B) Фон слайда
 - C) Макеты
 - D) Анимация объектов
- Правильный ответ: C) Макеты

15. Где находятся инструменты для изменения шрифта текста на слайде?

- A) В меню «Файл».
 - B) Во вкладке «Главная».
 - C) Во вкладке «Макет».
 - D) В разделе «Переходы».
- Правильный ответ: B) Во вкладке «Главная».

Модуль 2

Тема 6. Создание и обработка информации в табличном редакторе Microsoft Excel

16. Какая ячейка обозначается первым столбцом и первой строкой листа Excel?

- A) A1
- B) AA1
- C) Z1
- D) AB1

Правильный ответ: A) A1

17. Какая формула возвращает среднее арифметическое ряда чисел?

- A) =СРЗНАЧ()
- B) =СУММ()
- C) =ПРОИЗВЕД()
- D) =МИН()

Правильный ответ: A) =СРЗНАЧ()

Тема 7. Основы создания баз данных в Microsoft Access

18. Основная единица структуры базы данных?

- A) Запись
- B) Поле
- C) Отчёт
- D) Форма

Правильный ответ: B) Поле

19. Что означает термин "Запрос" в базах данных?

- A) Выборка записей по заданному критерию
- B) Добавление новых полей
- C) Удаление устаревших данных
- D) Создания связей между таблицами

Правильный ответ: A) Выборка записей по заданному критерию

Тема 8. Облачные технологии

20. Какое преимущество имеет использование облачных технологий перед традиционными методами хранения данных?

- A) Высокая стоимость внедрения.
- B) Ограниченная масштабируемость инфраструктуры.
- C) Низкая доступность данных.
- D) Гибкость и экономия ресурсов за счёт аренды мощности по мере необходимости.

Правильный ответ: D) Гибкость и экономия ресурсов за счёт аренды мощности по мере необходимости.

21. Возможность совместной работы над документом одновременно несколькими пользователями характерна для:

- A) Автономных офисных пакетов
- B) Серверных решений
- C) Облачных платформ
- D) Интернет-сервисов электронной почты

Правильный ответ: C) Облачных платформ

Тема 9. Искусственный интеллект

22. Какая технология связана с обработкой естественного языка?

- A) Нейронные сети
- B) Машинное зрение
- C) Роботы-помощники
- D) Распознавание речи

Правильный ответ: D) Распознавание речи

23. Технология, позволяющая компьютеру распознавать объекты на изображениях?

- A) Компьютерное зрение
- B) Генеративные модели
- C) Прогностические алгоритмы
- D) Биометрические датчики

Правильный ответ: A) Компьютерное зрение

Тема 10. Операционная система Astra Linux

24. Отличительная особенность Astra Linux?

- A) Совместима исключительно с русским оборудованием
- B) Открытая исходная кодировка
- C) Ориентирована на государственную безопасность
- D) Работает только на мобильных устройствах

Правильный ответ: C) Ориентирована на государственную безопасность

25. Что обеспечивает высокую безопасность системы Astra Linux?

- А) Отсутствие антивирусного ПО.
 - В) Специальные средства защиты, встроенные в ядро операционной системы.
 - С) Полностью открытая исходная кодовая база.
 - Д) Автоматическое обновление через интернет.
- Правильный ответ: В) Специальные средства защиты, встроенные в ядро операционной системы.

5.2. Темы письменных работ

не предусмотрено

5.3. Фонд оценочных средств

Задание 1. ФОРМАТИРОВАНИЕ ТЕКСТА И АБЗАЦА

1. Форматирование первого абзаца: абзацный отступ – 1,25, выравнивание – по левому краю, межстрочный интервал – 1,15, шрифт – Arial, размер шрифта 17 пт, первое слово – в двойную рамочку красного цвета, второе слово – оформить стилем Заголовок 1, третье слово – курсив, четвертое слово – цвет шрифта синий, пятое слово – подчеркивание волнистой линией.
2. Форматирование второго абзаца: абзацный отступ – 2,25, выравнивание – по ширине, межстрочный интервал – 2,5, первое слово – стиль Заголовок 2, второе слово – текст залить синим цветом, весь абзац – в пунктирную рамочку оранжевого цвета.
3. Между 1 и 2 абзацем вставить интервал.
4. Фон страницы – зеленый, рамка страницы – коричневая, двойная.

Задание 2. ТАБЛИЦЫ

1. Сформировать таблицу, задав ручную количество строк (7) и столбцов (5).
2. Границы. Оформить внутренние (красная, двойная) и внешние (синяя, пунктирная) границы.
3. Объединение ячеек. Верхние ячейки таблицы объединить в одну ячейку, в нее внести заголовок (цвет текста – оранжевый, жирный).
4. Разделение ячеек. Разделить нижнюю правую ячейку на 3 столбца, а нижнюю левую – на 3 строки.
5. Заливка ячеек. В центре таблицы ячейку залить синим цветом.
6. Направление текста. В любых ячейках написать свою фамилию, отформатировать направление и выравнивание (относительно вертикали и горизонтали) текста.

Задание 3. МАРКИРОВАННЫЕ, НУМЕРОВАННЫЕ СПИСКИ. КОЛОНКИ

1. Маркеры, нумерация. Набрать текст из пяти слов. Создать по 3 разных вида маркированных и нумерованных списков. Создать свой собственный маркер и нумерацию.
2. Сложный многоуровневый список. Создать сложный многоуровневый список.
3. Колонки. Скопировать текст (один абзац) с интернета. Из данного текста сформировать 3 колонки разной ширины, поставить разделительную черту. Выравнивание – с правого края. Абзацный отступ – 1,15, межстрочный интервал – 1,15.

Задание 4. ПОДГОТОВКА И ФОРМАТИРОВАНИЕ СТРУКТУРИРОВАННОГО ДОКУМЕНТА

1. Титульный лист. Вставить титульный лист, оформить его.
2. Оглавление. Скопировать три абзаца с интернета. Для каждого абзаца сделать заголовок, оформить стилем Заголовок 1. Внутри каждого абзаца сформировать два параграфа, название параграфа оформить стилем Заголовок 2. Поставить разрывы после каждого абзаца. После титульного листа сформировать оглавление.
3. Колонтитулы. Сформировать верхний колонтитул, ввести свои ФИО, название документа, дату создания документа.
4. Нумерация страниц. Вставить нумерацию страниц, титульный лист не должен содержать номер страницы.
5. Закладка. Сформировать закладку на первое слово второй страницы.
6. Гиперссылка. На последней странице сформировать гиперссылку на сайт, на закладку.
7. Примечание. Создать примечание на первой странице.

Задание 5. Оформить данные «Результаты зимней сессии вашей группы» в виде таблицы в Microsoft Excel.

Группа №

№ ФИО Информатика ... История Лучш Худш Ср.знач

1. Котов А.А. 5 4

.....

5. Яшин Я.Я. 4 3

Лучш

Худш

Ср.знач.

☐ Найти лучший, худший и средний результат по каждому студенту и по каждой дисциплине.

☐ Построить гистограмму по данным всех экзаменов сессии;

☐ Построить диаграмму, демонстрирующую средний балл студентов за сессию.

Задание 6.

☐ Используя функцию ЕСЛИ, определить успеваемость студента (отличник, хорошист, троечник, неуспевающий)

☐ Используя функцию СЧЕТЕСЛИ определить, сколько отличников, хорошистов, троечников, неуспевающих.

5.4. Перечень видов оценочных средств

устный опрос, письменный опрос, практические задания, тестирование

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Защита проекта по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе защиты проекта:

- 50 и менее баллов – неудовлетворительно (не аттестован)
- 51-65 баллов – удовлетворительно (аттестован)
- 66-84 балла – хорошо (аттестован)
- 85-100 баллов – отлично (аттестован)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Хадиуллина Р.Р., Галяутдинова Л.Р.	Информатика: учебно-методическое пособие. Направление подготовки 034300.62 Физическая культура	Казань: Поволжская ГУФКСиТ, 2014
ЛП.2	Хадиуллина Р.Р., Галяутдинова Л.Р., Москалева Э.Ф.	Информатика (практические занятия): учебно– методическое пособие для направления Физическая культура	Казань: Поволжская ГУФКСиТ, 2014
ЛП.3	Москалева Э.Ф., Хадиуллина Р.Р.	Информатика (практические занятия): учеб.–метод. пособие	Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2014
ЛП.4	Под редакцией Кедровой Г.Е.	Информатика для гуманитариев: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
ЛП.5	Гаврилов М.В., Климов В.А.	Информатика и информационные технологии: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Хадиуллина Р.Р.	Информатика и информационные технологии в гостиничной деятельности: учебно-методическое пособие	Казань: ООО «Олитех», 2017.
ЛП.2	Куприянов Д.В.	Информационное обеспечение профессиональной деятельности: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
ЛП.3	Зимин В.П.	Информатика. Лабораторный практикум в 2 ч. Часть 1: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
ЛП.4	Советов Б.Я., Цехановский В.В.	Информационные технологии: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
ЛП.5	Трофимов В.В., Ильина О.П., Кияев В.И., Трофимова Е.В.	Информационные технологии: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1	Государственный комитет Республики Татарстан по туризму: официальный сайт. – Казань. – URL: https://tourism.tatarstan.ru (дата обращения: 01.07.2025). – Текст: электронный.
---------	---

6.3.2.2	Информационно-правовой портал Гарант: [сайт]. – Москва. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения: 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.3	Министерство науки и высшего образования РФ: официальный сайт. – Москва. – URL: https://minobrnauki.gov.ru (дата обращения 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.4	Министерство по делам молодежи РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minmol.tatarstan.ru (дата обращения: 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.5	Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.6	Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт. – Москва. – URL: https://rosstat.gov.ru (дата обращения: 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.7	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки: официальный сайт. – Москва. – URL: https://obrnadzor.gov.ru (дата обращения 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.8	Федеральный портал «Российское образование»: [сайт]. – Москва. – URL: https://www.edu.ru (дата обращения 01.07.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.9	Электронный фонд актуальных правовых и нормативно-технических документов: [сайт]. – URL: https://docs.cntd.ru (дата обращения 01.07.2025). – Текст: электронный.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету. D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету. D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету. D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету. D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету. C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету. D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету. D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету. D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету. D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
-----	---

E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт. C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету. C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету. C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету. D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету. E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в Университете являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Обучающимся следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

3. Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому магистранту нужно обязательно научиться работать с книгой.

Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам - справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники - важное подспорье в самостоятельной работе магистранта, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит магистранту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно, освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение магистрантом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить план или конспект. Конспект, план-конспект – это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвоенными современные проблемы, а также не находят отражения новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

4. Методические указания для подготовки к экзамену / зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена / зачета.

Экзамен / зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена / зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена / зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка обучающихся к экзамену /зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену / зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к

экзамену, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен / зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к экзамену / зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену / зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого обучающийся сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену / зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Экзамен / зачет проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному директором и утвержденному проректором по учебной работе и цифровой трансформации.

Экзамен / зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену / зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного / зачетного билета.

Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене неудовлетворительную оценку, решением директората устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена.

5. Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из очень эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах. Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре (текущего контроля успеваемости) и промежуточной аттестации студент может получить:

Зачтено – от 51 и выше баллов

Не зачтено – 50 и менее баллов.

В семестре в качестве итогового контроля по данной дисциплине предусмотрена сдача экзамена, по результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

Оценка «отлично» – от 85 до 100 баллов.

Оценки «хорошо» – от 66 до 84 баллов.

Оценка «удовлетворительно» – от 51 до 65 баллов.

Оценка «неудовлетворительно» – от 50 и менее.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление магистрантам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы обучающихся.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины **Функциональная подготовка в плавании**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики водных видов спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты 8	
в том числе:			
аудиторные занятия	40		
самостоятельная работа	68		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<u>Курс</u> . <u>Семестр</u> на курсе)	8 (4.2)		Итого	
Недель	11 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	32	32	32	32
Итого ауд.	42	42	42	42
Контактная работа	42	42	42	42
Сам. работа	66	66	66	66
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

 -  - 
к.п.н., Доц., Гибадуллин Марат Рустамович; Доц., Басин Дмитрий Игоревич; Ст. преп. Орлов Артур Владимирович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 03.04.2025 г. № 9

И.о. зав. кафедрой Гибадуллин М.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Приобретение компетенций необходимых в профессиональной деятельности тренера по виду спорта.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Производственная практика: тренерская	
2.1.2	Учебная практика: тренерская	
2.1.3	Теория и методика физической культуры	
2.1.4	Физическая культура и спорт	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта

ПК-1.1: Осуществляет разработку образовательных программ в области физической культуры и спорта

Уметь:

Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры и спорта, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; система оценки результатов освоения основной образовательной программы, в том числе ее связь с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

Уметь:

Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

ПК-1.3: Планирует реализацию программы в сфере образования и спортивной подготовки

Уметь:

Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

Владеть:

Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

ПК-1.4: Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной и спортивной практике

Уметь:

Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

Уметь:

Обосновывать выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в образовательной практике исходя из особенностей содержания предметных областей, возраста и образовательных потребностей обучаемых

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Интеракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						
1.1	Функциональная подготовка в плавании /Тема/	8	0				
1.2	Проблема функциональной подготовленности в спорте. Структура функциональной подготовленности спортсменов (психический компонент функциональной подготовленности спортсменов; нейродинамический компонент функциональной подготовленности спортсменов; энергетический компонент функциональной подготовленности спортсменов; двигательный компонент функциональной подготовленности спортсменов Факторы, определяющие функциональную подготовленность иерархия включения разных категорий факторов в обеспечение различных компонентов функциональной подготовленности (значение различных факторов в обеспечении функциональной подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов разных этапов подготовки; значение различных факторов в обеспечении функциональной Подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов различной специализации /Лек/	8	2	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
1.3	Лекция 2 Механизмы и закономерности развития функциональных возможностей спортсменов в циклических видах спорта. /Тема/	8	0				
1.4	Общие механизмы повышения функциональной подготовленности спортсменов. Функциональная мобилизация и экономизация. Функциональная специализация. Проблема оптимизации функциональной подготовки спортсменов. /Лек/	8	2	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
1.5	Лекция 3 Функциональная подготовка (повышение уровня функциональных возможностей) /Тема/	8	0				

1.6	Повышение уровня функциональной подготовленности. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности Повышение уровня энергообеспечения совершенствование двигательной (физической) подготовленности /Лек/	8	2	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
1.7	Лекция 4 Контроль и оценка функция функциональной подготовленности спортсменов /Тема/	8	0				
1.8	Контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменов. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменов. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности спортсменов. Диагностика психофункциональной подготовленности оценка состояния нейродинамического компонента. Функциональной подготовленности. Определение уровня энергопродукции спортсменов. Исследование двигательной (физической) подготовленности. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменов дифференцированный. Комплексный контроль функциональной подготовленности спортсменов /Лек/	8	2	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
1.9	Лекция 5 Оптимизация функциональной подготовленности спортсменов в циклических видах спорта /Тема/	8	0				
1.10	Оптимизация управления функциональной подготовкой. Оптимизация технической подготовленности. Оптимизация тренирующих воздействий. Оптимизация восстановительных процессов /Лек/	8	2	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
1.11	Спортивная практика /Тема/	8	0				
1.12	Функциональная (общая физическая) подготовка и оценка функциональной (общей физической) подготовленности в плавании /Пр/	8	10	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Спортивная практика /Тема/	8	0				

2.2	Функциональная подготовка и оценка функциональной подготовленности в плавании с проявлением скоростно-силовых способностей /Пр/	8	10	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
2.3	Спортивная практика /Тема/	8	0				
2.4	Функциональная подготовка и оценка функциональной подготовленности в плавании с проявлением скоростных способностей /Пр/	8	12	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			
2.5	Самостоятельная работа /Тема/	8	0				
2.6	Самостоятельная работа /Ср/	8	66	ПК-1.1-У1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса):

1. Проблема функциональной подготовленности в спорте.
2. Структура функциональной подготовленности спортсменов (психический компонент функциональной подготовленности спортсменов; нейродинамический компонент функциональной подготовленности спортсменов; энергетический компонент функциональной подготовленности спортсменов; двигательный компонент функциональной подготовленности спортсменов)
3. Факторы, определяющие функциональную подготовленность иерархия включения разных категорий факторов в обеспечение различных компонентов функциональной подготовленности (значение различных факторов в обеспечении функциональной подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов разных этапах подготовки.
4. Значение различных факторов в обеспечении функциональной Подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов различной специализации.
5. Общие механизмы повышения функциональной подготовленности спортсменов.
6. Функциональная мобилизация и экономизация.
7. Функциональная специализация.
8. Проблема оптимизации функциональной подготовки спортсменов.
9. Оптимизация управления функциональной подготовкой.
10. Оптимизация технической подготовленности.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:

1. Оптимизация тренирующих воздействий.
2. Оптимизация восстановительных процессов
3. Повышение уровня функциональной подготовленности.
4. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности.
5. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности.
6. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности
7. Повышение уровня энергообеспечения совершенствование двигательной (физической) подготовленности.
8. Контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменов.
9. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменов.
10. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности спортсменов.
11. Диагностика психофункциональной подготовленности оценка состояния нейродинамического компонента.
12. Функциональной подготовленности.
13. Определение уровня энергопродукции спортсменов.
14. Исследование двигательной (физической) подготовленности.
15. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменов дифференцированный комплексный контроль

функциональной подготовленности спортсменов
5.2. Темы письменных работ
Темы рефератов и презентаций 1. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменов дифференцированный комплексный контроль функциональной подготовленности спортсменов 2. Проблема функциональной подготовленности в спорте. 3. Структура функциональной подготовленности спортсменов (психический компонент функциональной подготовленности спортсменов; нейродинамический компонент функциональной подготовленности спортсменов; энергетический компонент функциональной подготовленности спортсменов; двигательный компонент функциональной подготовленности спортсменов) 4. Факторы, определяющие функциональную подготовленность иерархия включения разных категорий факторов в обеспечение различных компонентов функциональной подготовленности (значение различных факторов в обеспечении функциональной подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов разных этапах подготовки. 5. Значение различных факторов в обеспечении функциональной Подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов различной специализации. 6. Общие механизмы повышения функциональной подготовленности спортсменов. 7. Функциональная мобилизация и экономизация. 8. Функциональная специализация. 9. Проблема оптимизации функциональной подготовки спортсменов. 10. Оптимизация управления функциональной подготовкой. 11. Оптимизация технической подготовленности. 12. Оптимизация тренирующих воздействий. 13. Оптимизация восстановительных процессов 14. Повышение уровня функциональной подготовленности. 15. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности. 16. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности. 17. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности 18. Повышение уровня энергообеспечения совершенствование двигательной (физической) подготовленности. 19. Контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменов. 20. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменов. 21. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности спортсменов. 22. Диагностика психофункциональной подготовленности оценка состояния нейродинамического компонента. 23. Функциональной подготовленности. 24. Определение уровня энергопродукции спортсменов. 25. Исследование двигательной (физической) подготовленности.
5.3. Фонд оценочных средств
Доклад на заданную тему; Практическая работа; Собеседование
5.4. Перечень видов оценочных средств
Оценочные средства, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций: Не аттестован (Неудовлетворительно) Практическая работа Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы. Низкий уровень (Удовлетворительно) Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы. Средний уровень (Хорошо) Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок. Высокий уровень (Отлично) Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в установленное нормативом время. Доклад на заданную тему: Не аттестован (Неудовлетворительно) Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (PowerPoint). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.

Низкий уровень (Удовлетворительно)

Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информации, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.

Средний уровень (Хорошо)

Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Использованы информационные технологии (PowerPoint), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации. Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживая внимание аудитории

Высокий уровень (Отлично)

Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Качество презентации: высокий уровень наглядности и логика изложения материала способствуют эффективному восприятию информации. Отсутствуют ошибки в представляемой информации. Отвечает на вопросы полно, с приведением примеров и/или пояснений. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживает внимание аудитории и вызывает положительную эмоциональную реакцию слушателей доклада.

Ответ на вопрос билета на зачете:

Не аттестован

Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.

Низкий уровень (Удовлетворительно)

Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.

Средний уровень (Хорошо)

Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен логично, привлекается информативный и иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.

Высокий уровень (Отлично)

Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины:

Контролируемые разделы:

МОДУЛЬ 1.

ПК-1 Доклад на заданную тему:

4 и менее - не аттестован

5– 6 - низкий уровень

7 – 8 - средний уровень

9 – 10 - высокий уровень

ПК-1 Практический работа

4 и менее - не аттестован

5– 6 - низкий уровень

7 – 8 - средний уровень

9 – 10 - высокий уровень

МОДУЛЬ 2.

4 и менее - не аттестован

5– 6 - низкий уровень

7 – 8 - средний уровень

9 – 10 - высокий уровень

ПК-1 Практический работа

4 и менее - не аттестован

5– 6 - низкий уровень

7 – 8 - средний уровень

9 – 10 - высокий уровень

макс: 20

ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 40

За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу: 10

ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 50

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции Форма оценивания Уровни сформированности компетенции

ПК-1 зачет ☐

0 – 14 - не аттестован

15 – 32- низкий уровень

33 – 42 - средний уровень

43 – 50 - высокий уровень

макс: 50 баллов

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций Уровни сформированности компетенций

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины

0 – 14 - не аттестован

15 – 32 - низкий уровень

33 – 42 - средний уровень

43 – 50 - высокий уровень

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

0 – 14 - не аттестован

15 – 32 - низкий уровень

33 – 42 - средний уровень

43 – 50 - высокий уровень

Итоговая оценка сформированности компетенций

50 и менее (Неудовлетворительно)

51 – 65 (Низкий уровень)

66 – 84 (Средний уровень)

85 – 100 (Высокий уровень)

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка

50 и менее Не аттестован (Неудовлетворительно)

51 – 65 Удовлетворительно (Низкий уровень)

66 – 84 Хорошо (Средний уровень)

85 – 100 Отлично (Высокий уровень)

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	1. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст: электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 01.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.2	2. Федеральный портал «Российско образование» : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: http://www.edu.ru (дата обращения 01.02.2021).
6.3.2.3	3. ФизкультУра: Виртуальный клуб любителей здорового образа жизни: сайт. – Текст: электронный. - URL: www.fizkult-ura.ru (дата обращения 01.02.2020). - Режим доступа: свободный
6.3.2.4	4. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет
6.3.2.5	физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 17.05.2021). – Режим доступа для авторизованных пользователей ПГАФКСиТ.
6.3.2.6	5. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 08.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Лекционная аудитория № Е303. Площадь ауд. 190,1 кв.м. Оборудование: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, Персональный компьютер ICLRAY, Интерактивный монитор SmartPodium 524, Проектор M- Vision1080P400, Экран для проектора, подпружиненный DraperLuma2, Микшер SymmetrixJupiter 8, Усилитель мощности BehringerNUKE, терминал видеоконференцсвязиLifeSize, ЖК телевизор LG 55LM620T (3 шт.),Матричный коммутатор HDMI-сигнала Dr.HD, микрофон ArthurForty AF-808 (2 шт.), беспроводная микрофонная система AKG DSR 70 DUAL, акустическая система активная APart MASK4T (8x25 Вт), доступ к Интернету
-----	---

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Студентам необходимо:

- ☐ перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- ☐ на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- ☐ перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают студентам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает студентам быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать студентам страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой,

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ



Рабочая программа дисциплины Функциональная подготовка в синхронном плавании

Закреплена за кафедрой

Кафедра теории и методики водных видов спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

3 ЗЕТ

Часов по учебному плану

108

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 8

аудиторные занятия

40

самостоятельная работа

68

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	8 (4.2)		Итого	
Неделя	11 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	32	32	32	32
Итого ауд.	42	42	42	42
Контактная работа	42	42	42	42
Сам. работа	66	66	66	66
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Гибадуллин Марат Рустамович; к.п.н., Доц., Золотова Елена Анатольевна; Ст. преп. Орлов Артур Владимирович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 03.04.2025 г. № 9

И.о. зав. кафедрой Гибадуллин М.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Приобретение компетенций необходимых в профессиональной деятельности тренера по виду спорта
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.01
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Биохимия человека	
2.1.2	Спортивная физиология	
2.1.3	Физиология человека	
2.1.4	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	
2.1.5	Основы антидопингового обеспечения	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта

ПК-1.1: Осуществляет разработку образовательных программ в области физической культуры и спорта

Знать:

Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

Уметь:

Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Разрабатывать: программу спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; основную образовательную программу в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов; дополнительную общеобразовательную программу в области физической культуры и спорта, в том числе дополнительную общеразвивающую программу в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, определенной образовательной организацией, и (или) дополнительную предпрофессиональную программу с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

Уметь:

Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

ПК-1.3: Планирует реализацию программы в сфере образования и спортивной подготовки

Знать:

Планировать продолжительность и объемы реализации: программы спортивной подготовки по виду спорта; основной образовательной программы; дополнительной общеразвивающей программы, дополнительной предпрофессиональной программы

Владеть:

Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1. Модуль 1, Курс 4, семестр 8						
1.1	Функциональная подготовленность спортсменов в синхронном плавании: структура, механизмы, развитие основных компонентов. /Тема/	8	0				
1.2	1. Структура функциональной подготовленности в синхронном плавании: психический (психофункциональный), нейродинамический, энергетический, двигательный компоненты. 2. Факторы, определяющие функциональную подготовленность. 3. Механизмы и закономерности развития функциональных возможностей спортсменов. 4. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности в синхронном плавании. /Лек/	8	4	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			
1.3	Практическая работа 1. Оценка базовой функциональной подготовленности на суше: – тесты на гибкость (шпагат, «мостик», наклон вперед); – силовая выносливость мышц кора (удержание «угла», «планки»), мышц ног (приседания, выпрыгивания); – координационная проба (прыжки с поворотами, равновесие); – контрольные нормативы (по выбору преподавателя) с фиксацией результатов. /Пр/	8	8	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			
1.4	Практическая работа 2. Оценка функциональной подготовленности в воде: – тесты на плавательную выносливость (плавание 200 м, 400 м с контролем времени и ЧСС); – задержка дыхания статическая (проба Штанге) и динамическая (проплывание отрезков под водой); – способность к выполнению элементов повышенной сложности (фигуры, вертикальные позы) после дозированной нагрузки; – оценка качества исполнения фигур по критериям судейства. /Пр/	8	8	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			

1.5	Повышение уровня функциональной подготовленности. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности. Повышение уровня энергообеспечения. Совершенствование двигательной (физической) подготовленности. Составление индивидуального дневника самоконтроля (ЧСС, время задержки дыхания, самочувствие). Анализ видеоматериалов выступлений синхронисток высокого класса. /Ср/	8	33	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			
	Раздел 2. Раздел 2. Модуль 2, Курс 4, семестр 8						
2.1	Оптимизация тренировочного процесса, контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменок в синхронном плавании. /Тема/	8	0				
2.2	5. Оптимизация управления функциональной подготовкой: планирование нагрузок, сочетание работы на суше и в воде, использование средств восстановления. 6. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменок. 7. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности (психофункциональное состояние, нейродинамика, энергообеспечение, двигательная подготовленность). 8. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменок. /Лек/	8	6	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			
2.3	Практическая работа 3. Контроль специальной функциональной подготовленности: – оценка анаэробной производительности (тест «максимальное количество подводных кувырков» или «повторное проплывание 25 м с максимальной интенсивностью»); – оценка аэробной выносливости (плавание 800 м, тест с контролем лактата при возможности); – хронометраж и оценка качества исполнения соревновательной комбинации в условиях утомления; – использование пульсометрии для анализа зон интенсивности. /Пр/	8	8	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			

2.4	Практическая работа 4. Психофункциональная диагностика и методы повышения функциональной устойчивости: – оценка устойчивости к сбивающим факторам (выполнение элементов под музыку с помехами); – упражнения на концентрацию внимания и статокинетическую устойчивость; – методики релаксации и мобилизации (дыхательные практики, идеомоторная тренировка). /Пр/	8	8	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			
2.5	Повышение уровня функциональной подготовленности. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности. Повышение уровня энергообеспечения. Совершенствование двигательной (физической) подготовленности. Разработка вариантов микроциклов с акцентом на развитие отдельных компонентов функциональной подготовленности. Подготовка презентации по теме «Методы контроля функционального состояния в синхронном плавании». Оформление протоколов тестирования и анализ динамики показателей за семестр /Ср/	8	33	ПК-1.1-У1 ПК-1.1-З1 ПК-1.2-З1 ПК-1.2-У1 ПК-1.3-З1 ПК-1.3-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Вопросы для проведения собеседования (устного опроса):

1. Проблема функциональной подготовленности в спорте.
2. Структура функциональной подготовленности спортсменов (психический компонент функциональной подготовленности спортсменов; нейродинамический компонент функциональной подготовленности спортсменов; энергетический компонент функциональной подготовленности спортсменов; двигательный компонент функциональной подготовленности спортсменов)
3. Факторы, определяющие функциональную подготовленность иерархия включения разных категорий факторов в обеспечение различных компонентов функциональной подготовленности (значение различных факторов в обеспечении функциональной подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов разных этапах подготовки.
4. Значение различных факторов в обеспечении функциональной Подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов различной специализации.
5. Общие механизмы повышения функциональной подготовленности спортсменов.
6. Функциональная мобилизация и экономизация.
7. Функциональная специализация.
8. Проблема оптимизации функциональной подготовки спортсменов.
9. Оптимизация управления функциональной подготовкой.
10. Оптимизация технической подготовленности.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ:

1. Оптимизация тренирующих воздействий.
2. Оптимизация восстановительных процессов
3. Повышение уровня функциональной подготовленности.
4. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности.
5. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности.
6. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности
7. Повышение уровня энергообеспечения совершенствование двигательной (физической) подготовленности.

8. Контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменов.
9. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменов.
10. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности спортсменов.
11. Диагностика психофункциональной подготовленности оценка состояния нейродинамического компонента.
12. Функциональной подготовленности.
13. Определение уровня энергопродукции спортсменов.
14. Исследование двигательной (физической) подготовленности.
15. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменов дифференцированный комплексный контроль функциональной подготовленности спортсменов

5.2. Темы письменных работ

Темы рефератов и презентаций

1. Интегральная оценка функциональной подготовленности спортсменов дифференцированный комплексный контроль функциональной подготовленности спортсменов
2. Проблема функциональной подготовленности в спорте.
3. Структура функциональной подготовленности спортсменов (психический компонент функциональной подготовленности спортсменов; нейродинамический компонент функциональной подготовленности спортсменов; энергетический компонент функциональной подготовленности спортсменов; двигательный компонент функциональной подготовленности спортсменов)
4. Факторы, определяющие функциональную подготовленность иерархия включения разных категорий факторов в обеспечение различных компонентов функциональной подготовленности (значение различных факторов в обеспечении функциональной подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов разных этапах подготовки.
5. Значение различных факторов в обеспечении функциональной Подготовленности (физической работоспособности) у спортсменов различной специализации.
6. Общие механизмы повышения функциональной подготовленности спортсменов.
7. Функциональная мобилизация и экономизация.
8. Функциональная специализация.
9. Проблема оптимизации функциональной подготовки спортсменов.
10. Оптимизация управления функциональной подготовкой.
11. Оптимизация технической подготовленности.
12. Оптимизация тренирующих воздействий.
13. Оптимизация восстановительных процессов
14. Повышение уровня функциональной подготовленности.
15. Развитие основных компонентов функциональной подготовленности.
16. Совершенствование психической (психофункциональной) подготовленности.
17. Развитие нейродинамического компонента функциональной подготовленности
18. Повышение уровня энергообеспечения совершенствование двигательной (физической) подготовленности.
19. Контроль и оценка функциональной подготовленности спортсменов.
20. Методологические основы контроля функциональной подготовленности спортсменов.
21. Диагностика состояния компонентов функциональной подготовленности спортсменов.
22. Диагностика психофункциональной подготовленности оценка состояния нейродинамического компонента.
23. Функциональной подготовленности.
24. Определение уровня энергопродукции спортсменов.
25. Исследование двигательной (физической) подготовленности.

5.3. Фонд оценочных средств

Доклад на заданную тему;

Практическая работа;

Собеседование

5.4. Перечень видов оценочных средств

Оценочные средства, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций:

Не аттестован (Неудовлетворительно)

Практическая работа Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические работы не выполнены или выполнены с ошибками, влияющими на качество выполненной работы.

Низкий уровень (Удовлетворительно)

Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические работы выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы.

Средний уровень (Хорошо)

Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические работы выполняет правильно, без ошибок.

Высокий уровень (Отлично)

Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические работы (задания) выполняет правильно, без ошибок, в

установленное нормативом время.

Доклад на заданную тему:

Не аттестован (Неудовлетворительно)

Проблема не раскрыта. Отсутствуют выводы. Представляемая информация логически не связана. Не использованы профессиональные термины. Не использованы информационные технологии (PowerPoint). В представленной информации имеются ошибки. Нет ответов на заданные вопросы. Коммуникативные навыки не демонстрируются или их уровень очень низкий.

Низкий уровень (Удовлетворительно)

Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы. Представляемая информация не систематизирована и/или не последовательна. Использован 1-2 профессиональный термин. Используются информационные технологии, но качество презентации низкое: отсутствует наглядность и логика изложения информация, восприятие информации затруднено. В представленной информации имеются ошибки. Ответы на заданные вопросы вызывают затруднение и/или отвечает только на элементарные вопросы. Демонстрирует достаточные для восприятия информации коммуникативные навыки.

Средний уровень (Хорошо)

Проблема раскрыта. Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Представляемая информация систематизирована и последовательна. Использовано более 2 профессиональных терминов. Использованы информационные технологии (PowerPoint), удовлетворительное качество презентации: материал изложен ясно и логично, достаточный уровень наглядности для восприятия информации. Ответы на вопросы полные и/или частично полные. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживая внимание аудитории

Высокий уровень (Отлично)

Проблема раскрыта полностью. Проведен анализ проблемы с привлечением дополнительной литературы. Выводы обоснованы. Представляемая информация систематизирована, последовательна и логически связана. Использовано более 5 профессиональных терминов. Широко использованы информационные технологии (PowerPoint). Качество презентации: высокий уровень наглядности и логика изложения материала способствуют эффективному восприятию информации. Отсутствуют ошибки в представляемой информации. Отвечает на вопросы полно, с приведением примеров и/или пояснений. Демонстрирует высокий уровень коммуникативных навыков, удерживает внимание аудитории и вызывает положительную эмоциональную реакцию слушателей доклада.

Ответ на вопрос билета на зачете:

Не аттестован

Студент показывает слабый уровень профессиональных знаний, затрудняется при анализе практических ситуаций. Не может привести примеры из реальной практики. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на поставленные вопросы или затрудняется с ответом.

Низкий уровень (Удовлетворительно)

Студент показывает недостаточные знания лекционного и практического материала, при ответе отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. На поставленные вопросы отвечает неуверенно, допускает ошибки. В ответе не всегда присутствует логика, приводятся недостаточно веские доказательства. На поставленные вопросы затрудняется с ответами, показывает недостаточно глубокие знания.

Средний уровень (Хорошо)

Студент показывает достаточный уровень компетентности, знание лекционного и практического материала. Ответ построен логично, привлекается информативный и иллюстративный материал, но при ответе выпускник допускает некоторые ошибки в теоретической части. Уверенно, профессионально, грамотно, ясно, четко излагает содержание вопроса. Студент знает материал, но при ответе допускает несущественные погрешности. Вопросы, задаваемые преподавателем, не вызывают существенных затруднений.

Высокий уровень (Отлично)

Студент показывает высокий уровень компетентности, знание материала, раскрывает не только основные понятия, но и анализирует их. Профессионально, грамотно, последовательно, четко излагает материал, аргументированно формулирует выводы. На вопросы отвечает уверенно, по существу.

Структура оценки сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины:

Контролируемые разделы:

МОДУЛЬ 1.

ПК-1 Доклад на заданную тему:

4 и менее - не аттестован

5– 6 - низкий уровень
7 – 8 - средний уровень
9 – 10 - высокий уровень

ПК-1 Практический работа
4 и менее - не аттестован
5– 6 - низкий уровень
7 – 8 - средний уровень
9 – 10 - высокий уровень

МОДУЛЬ 2.
4 и менее - не аттестован
5– 6 - низкий уровень
7 – 8 - средний уровень
9 – 10 - высокий уровень

ПК-1 Практический работа
4 и менее - не аттестован
5– 6 - низкий уровень
7 – 8 - средний уровень
9 – 10 - высокий уровень

макс: 20

ИТОГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 40

За посещаемость, начисляется в рамках БРС по электронному журналу: 10
ВСЕГО ЗА ДВА МОДУЛЯ: 50

Оценка сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

Код контролируемой компетенции Форма оценивания Уровни сформированности компетенции

ПК-1 зачет ☐

0 – 14 - не аттестован
15 – 32 - низкий уровень
33 – 42 - средний уровень
43 – 50 - высокий уровень
макс: 50 баллов

Комплексная оценка сформированности компетенций по результатам текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Этапы оценивания уровня сформированности компетенций Уровни сформированности компетенций

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины

0 – 14 - не аттестован
15 – 32 - низкий уровень
33 – 42 - средний уровень
43 – 50 - высокий уровень

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе промежуточной аттестации

0 – 14 - не аттестован
15 – 32 - низкий уровень
33 – 42 - средний уровень
43 – 50 - высокий уровень

Итоговая оценка сформированности компетенций

50 и менее (Неудовлетворительно)
51 – 65 (Низкий уровень)
66 – 84 (Средний уровень)
85 – 100 (Высокий уровень)

При итоговом оценивании сформированности компетенций для перевода оценки из 100-балльной в 4-балльную необходимо пользоваться таблицей перевода.

Рейтинговая оценка

50 и менее Не аттестован (Неудовлетворительно)
51 – 65 Удовлетворительно (Низкий уровень)
66 – 84 Хорошо (Средний уровень)
85 – 100 Отлично (Высокий уровень)

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	
6.3.1.3	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.4	
6.3.1.5	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.6	
6.3.1.7	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.8	
6.3.1.9	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	1. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст: электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 01.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.2	2. Федеральный портал «Российско образование» : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: http://www.edu.ru (дата обращения 01.02.2021).
6.3.2.3	3. ФизкультУра: Виртуальный клуб любителей здорового образа жизни: сайт. – Текст: электронный. - URL: www.fizkult-ura.ru (дата обращения 01.02.2020). - Режим доступа: свободный
6.3.2.4	4. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет
6.3.2.5	физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 17.05.2021). – Режим доступа для авторизованных пользователей ПГАФКСиТ.
6.3.2.6	5. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 08.03.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Лекционная аудитория № Е303. Площадь ауд. 190,1 кв.м.
7.2	Оборудование: интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W,
7.3	Персональный компьютер ICLRAY, Интерактивный монитор SmartPodium 524,
7.4	Проектор M- Vision1080P400, Экран для проектора, подпружиненный DraperLuma2,
7.5	Микшер SymmetrixJupiter 8,
7.6	Усилитель мощности BehringeriNUKE,
7.7	терминал видеоконференцсвязиLifeSize, ЖК телевизор LG 55LM620T (3
7.8	шт.),
7.9	Матричный коммутатор HDMI-сигнала Dr.HD, микрофон ArthurForty AF-808 (2 шт.),
7.10	Беспроводная микрофонная система AKG DSR 70 DUAL, акустическая система активная APart MASK4T (8x25 Вт), доступ к Интернету
7.11	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит студентов с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям.

Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы

постановки заданий для подготовки к занятию — количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц — или предоставление студентам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у студентов свое отношение к конкретной проблеме. Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы студентов.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УРиЦТ

А.В. Павлова

22.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины Прикладная статистика

Закреплена за кафедрой

Кафедра информационных систем и фиджитал спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание), Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 4

аудиторные занятия

34

самостоятельная работа

38

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	18 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	26	26	26	26
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34	34	34	34
Сам. работа	38	38	38	38
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Любягина Ольга Анатольевна; к.ф-м.н., Доц., Галяутдинов Марат Ильдарханович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой И.о. Любягина О.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины является применение статистических методов в практической деятельности.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Спортивная метрология	
2.2.2	Особенности научно-исследовательской деятельности в избранном виде спорта	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта	
ПК-1.5:Обрабатывает полученные результаты в ходе реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта	
Знать: статистические методы, используемые для анализа данных в области физической культуры и спорта.	
Уметь: проводить анализ полученных результатов, выявлять закономерности, тенденции и проблемы.	
Владеть: навыками анализа и оценки качества данных, выявление возможных ошибок и искажений в результатах.	

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. МОДУЛЬ 1. Основные понятия теории вероятностей и математической статистики. Выборочный метод.						
1.1	Основные понятия теории вероятностей и математической статистики. Построение статистического и группированного статистического рядов в Microsoft Excel. Определение выборочных характеристик. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения. Критерий согласия Пирсона. Правило трех сигм. Метод средних величин. Решение типовых задач методом средних величин. Статистический и педагогический выводы. /Тема/	4	0				

1.2	Основные понятия теории вероятностей и математической статистики. Построение статистического и группированного статистического рядов в Microsoft Excel. Определение выборочных характеристик. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения. Критерий согласия Пирсона. Правило трех сигм. Метод средних величин. Решение типовых задач методом средних величин. Статистический и педагогический выводы. /Лек/	4	4	ПК-1.5-31	Л1.1Л2.1		
1.3	Основные понятия теории вероятностей и математической статистики. Построение статистического и группированного статистического рядов в Microsoft Excel. Определение выборочных характеристик. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения. Критерий согласия Пирсона. Правило трех сигм. Метод средних величин. Решение типовых задач методом средних величин. Статистический и педагогический выводы. /Пр/	4	13	ПК-1.5-У1 ПК-1.5-В1			
1.4	Основные понятия теории вероятностей и математической статистики. Построение статистического и группированного статистического рядов в Microsoft Excel. Определение выборочных характеристик. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения. Критерий согласия Пирсона. Правило трех сигм. Метод средних величин. Решение типовых задач методом средних величин. Статистический и педагогический выводы. /Ср/	4	38	ПК-1.5-31 ПК-1.5-У1 ПК-1.5-В1			
	Раздел 2. МОДУЛЬ 2. Критерии статистической достоверности. Корреляционный и регрессионный анализы.						

2.1	Критерии статистической достоверности. Понятие о статистической достоверности. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента и Фишера. Статистический и педагогический выводы. Непараметрические критерии статистической достоверности Вилкоксона, Уайта и знаков. Статистический и педагогический выводы. Корреляционный анализ. Решение типовых задач в сфере физической культуры и спорта на корреляцию. Регрессионный анализ. Построение уравнения регрессии. Графическое представление табличных данных /Тема/	4	0				
2.2	Критерии статистической достоверности. Понятие о статистической достоверности. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента и Фишера. Статистический и педагогический выводы. Непараметрические критерии статистической достоверности Вилкоксона, Уайта и знаков. Статистический и педагогический выводы. Корреляционный анализ. Решение типовых задач в сфере физической культуры и спорта на корреляцию. Регрессионный анализ. Построение уравнения регрессии. Графическое представление табличных данных /Лек/	4	4				
2.3	Критерии статистической достоверности. Понятие о статистической достоверности. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента и Фишера. Статистический и педагогический выводы. Непараметрические критерии статистической достоверности Вилкоксона, Уайта и знаков. Статистический и педагогический выводы. Корреляционный анализ. Решение типовых задач в сфере физической культуры и спорта на корреляцию. Регрессионный анализ. Построение уравнения регрессии. Графическое представление табличных данных /Пр/	4	13				

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для собеседования (Модуль 1)

1. Основные понятия теории вероятностей и математической статистики.
2. Построение статистического и группированного статистического рядов в Microsoft Excel.

3. Определение выборочных характеристик.
4. Проверка исследуемой генеральной совокупности на соответствие нормальному закону распределения.
5. Критерий согласия Пирсона.
6. Правило трех сигм.
7. Метод средних величин.
8. Решение типовых задач методом средних величин. Статистический и педагогический выводы.

Вопросы для собеседования (Модуль 2)

1. Критерии статистической достоверности.
2. Понятие о статистической достоверности.
3. Параметрические критерии статистической достоверности Стьюдента и Фишера. Статистический и педагогический выводы.
4. Непараметрические критерии статистической достоверности Вилкоксона, Уайта и знаков. Статистический и педагогический выводы.
5. Корреляционный анализ. Решение типовых задач в сфере физической культуры и спорта на корреляцию.
6. Регрессионный анализ. Построение уравнения регрессии.
7. Графическое представление табличных данных.

Тест №1 (Модуль 1)

1. Дискретной случайной величиной называется случайная величина
 - А) множество значений которой совпадает с множеством натуральных чисел
 - Б) множество значений которой заполняет интервал
 - В) множество возможных значений которой имеет вид конечной или бесконечной последовательности
 - Г) множество значений которой заполняет некоторый интервал или всю числовую ось
2. Непрерывной случайной величиной называется случайная величина
 - А) множество возможных значений которой имеет вид конечной или бесконечной последовательности
 - Б) множество значений которой совпадает с множеством натуральных чисел
 - В) множество значений которой заполняет некоторый интервал или всю числовую ось
 - Г) множество значений которой заполняет интервал
3. Виды законов распределения дискретной случайной величины (отметьте несколько верных ответов)
 - А) ряд распределения Б) плотность распределения В) кривая распределения
 - Г) функция распределения Д) многоугольник распределения
4. Виды законов распределения непрерывной случайной величины (отметьте несколько верных ответов)
 - А) ряд распределения Б) плотность распределения В) кривая распределения
 - Г) функция распределения Д) многоугольник распределения
5. Виды числовых характеристик дискретной случайной величины (отметьте несколько верных ответов)
 - А) биссектриса Б) математическое ожидание В) высота
 - Г) мода Д) медиана Е) дисперсия
 - Ж) среднее квадратическое отклонение
6. Виды числовых характеристик непрерывной случайной величины (отметьте несколько верных ответов)
 - А) биссектриса Б) математическое ожидание В) высота
 - Г) мода Д) медиана Е) дисперсия
 - Ж) среднее квадратическое отклонение
7. Нормальный закон распределения проявляется во всех случаях, когда случайная величина является результатом действия
 - А) большого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности незначительно влияет на случайную величину
 - Б) большого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности значительно влияет на случайную величину
 - В) малого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности незначительно влияет на случайную величину
 - Г) малого числа различных факторов, каждый из которых в отдельности значительно влияет на случайную величину
8. В записи плотности распределения случайной величины, распределенной по нормальному закону
 - А) m – математическое ожидание, σ – среднее квадратическое отклонение
 - Б) m – математическое ожидание, σ – дисперсия
 - В) m – дисперсия, σ – среднее квадратическое отклонение
 - Г) m – дисперсия, σ – математическое ожидание
9. Генеральная совокупность – это
 - А) множество значений случайной величины, полученных при проведении наблюдений
 - Б) множество всех объектов с определенным изучаемым признаком
 - В) количество значений случайной величины в выборке (количество наблюдений)
10. Выборка – это
 - А) множество значений случайной величины, полученных при проведении наблюдений
 - Б) множество всех объектов с определенным изучаемым признаком
 - В) количество значений случайной величины в выборке (количество наблюдений)
11. Объем выборки – это
 - А) множество значений случайной величины, полученных при проведении наблюдений
 - Б) множество всех объектов с определенным изучаемым признаком
 - В) количество значений случайной величины в выборке (количество наблюдений)
12. Полигон относительных частот – это
 - А) это ступенчатая фигура, состоящая из прямоугольников с основаниями и высотами,

- Б) это ломаная линия с вершинами , , взятыми из статистического ряда
 В) это ступенчатая фигура, состоящая из прямоугольников с основаниями и высотами ,
 Г) это ломаная линия с вершинами , , взятыми из статистического ряда
13. Гистограмма относительных частот – это
 А) это ступенчатая фигура, состоящая из прямоугольников с основаниями и высотами ,
 Б) это ломаная линия с вершинами , , взятыми из статистического ряда
 В) это ступенчатая фигура, состоящая из прямоугольников с основаниями и высотами ,
 Г) это ломаная линия с вершинами , , взятыми из статистического ряда
14. Мода – это
 А) варианта, которая делит статистический (вариационный) ряд на две части, равные по числу вариант
 Б) варианта, имеющая наибольшую частоту
 В) разность между наибольшей и наименьшей вариантами
15. Медиана – это
 А) варианта, которая делит статистический (вариационный) ряд на две части, равные по числу вариант
 Б) варианта, имеющая наибольшую частоту
 В) разность между наибольшей и наименьшей вариантами
16. Размах варьирования – это
 А) варианта, которая делит статистический (вариационный) ряд на две части, равные по числу вариант
 Б) варианта, имеющая наибольшую частоту
 В) разность между наибольшей и наименьшей вариантами
17. Абсолютная частота – это
 А) рациональное число – количество вариант в выборке
 Б) отношение абсолютной частоты к объему выборки
 В) натуральное число – количество вариант в выборке
 Г) отношение абсолютной частоты к квадрату объема выборки
18. Относительная частота – это
 А) рациональное число – количество вариант в выборке
 Б) отношение абсолютной частоты к объему выборки
 В) натуральное число – количество вариант в выборке
 Г) отношение абсолютной частоты к квадрату объема выборки
19. Точечная оценка параметра – это
 А) интервал, покрывающий с заданной вероятностью оцениваемый параметр генеральной совокупности
 Б) интервал , который покрывает параметр с заданной надежностью (доверительной вероятностью)
 В) приближенное значение параметра , полученное по элементам выборки
20. Доверительный интервал для параметра – это
 А) интервал, покрывающий с заданной вероятностью оцениваемый параметр генеральной совокупности
 Б) интервал , который покрывает параметр с заданной надежностью (доверительной вероятностью)
 В) приближенное значение параметра , полученное по элементам выборки
21. Интервальная оценка параметра – это
 А) интервал, покрывающий с заданной вероятностью оцениваемый параметр генеральной совокупности
 Б) интервал , который покрывает параметр с заданной надежностью (доверительной вероятностью) .
 В) приближенное значение параметра , полученное по элементам выборки

Тест №2 (Модуль 2)

1. Метод средних величин можно использовать:
 А) только для малых совокупностей;
 Б) только для больших совокупностей;
 В) и для больших и для малых совокупностей;
 Г) для совокупностей, объемом более 40 единиц.
2. Ранжирование – это операция расположения чисел:
 А) в порядке возрастания или убывания;
 Б) в порядке возрастания;
 В) в порядке убывания;
 Г) операция нахождения абсолютных частот чисел
3. Средняя арифметическая величина указывает
 А) на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 Б) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 В) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
4. Дисперсия указывает
 А) на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 Б) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 В) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
5. Среднее квадратическое отклонение указывает
 А) на показатель среднего уровня, самого типичного и характерного для всего ряда;
 Б) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины (в квадрате);
 В) на варьирование, т.е. на рассеивание исходных данных относительно средней арифметической величины
6. В статистике к мерам центральной тенденции принято относить:
 А) среднюю арифметическую;

- Б) дисперсию;
 В) среднее квадратическое отклонение;
 Г) коэффициент вариации
7. В статистике к мерам вариабельности принято относить:
 А) среднюю арифметическую;
 Б) дисперсию;
 В) среднее квадратическое отклонение;
 Г) коэффициент вариации
8. Виды вариационных рядов:
 А) простые упорядоченные;
 Б) дискретные;
 В) интервальные;
 Г) непрерывные;
 Д) монотонные
9. Задачи, решаемые с помощью метода средних величин:
 А) сравниваются контрольная и экспериментальная группы спортсменов для выявления принципиальных отличий одной группы от другой;
 Б) сравниваются показатели групп спортсменов различных по возрасту, полу;
 В) сравниваются контрольная и экспериментальная группы спортсменов для проверки соответствия нормальному закону распределения;
 Г) сравниваются две группы для построения уравнения регрессии
10. Задачи, решаемые с помощью метода средних величин:
 А) сравниваются группы спортсменов, занимающихся по различным программам, методикам;
 Б) сравниваются группы спортсменов, занимающиеся в различных условиях, режимах, с разнообразным объемом и интенсивностью тренировочных нагрузок;
 В) сравниваются контрольная и экспериментальная группы спортсменов для проверки соответствия нормальному закону распределения;
 Г) сравниваются две группы для выяснения статистически достоверного отличия между ними
11. С помощью какого показателя (каких показателей) в методе средних величин можно сделать вывод, например, о более высоком результате экспериментальной группы, по сравнению с контрольной группой:
 А) средняя арифметическая;
 Б) дисперсия;
 В) среднее квадратическое отклонение;
 Г) коэффициент вариации
12. С помощью какого показателя (каких показателей) в методе средних величин можно сделать вывод, например, о большей стабильности показаний экспериментальной группы, по сравнению с контрольной группой:
 А) средняя арифметическая;
 Б) дисперсия;
 В) среднее квадратическое отклонение;
 Г) коэффициент вариации
13. Уровень значимости – это
 А) минимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается практически невозможным
 Б) максимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается достоверным
 В) максимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается практически невозможным
 Г) минимальное значение вероятности появления события, при котором событие считается достоверным
14. Нулевая гипотеза состоит в том, что
 А) все события обязательно произойдут
 Б) все события произошли случайно, естественным образом
 В) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора
 Г) все события никогда не произойдут
15. Альтернативная гипотеза состоит в том, что
 А) все события произошли случайно, естественным образом;
 Б) все события случайным образом произойти не могли, и имело место воздействие некоторого фактора;
 В) все события обязательно произойдут;
 Г) все события никогда не произойдут.
16. Предположение о нормальности распределения не противоречит имеющимся данным, если
 А) асимметрия лежит в диапазоне от 0 до 1, эксцесс от 2 до 4
 Б) асимметрия лежит в диапазоне от 0 до 1, эксцесс от 5 до 10
 В) асимметрия лежит в диапазоне от -0,2 до 0,2, эксцесс от 2 до 4
 Г) асимметрия лежит в диапазоне от -0,2 до 0,2, эксцесс от 0 до 1
17. Все критерии статистической достоверности делятся на две группы:
 А) параметрические и непараметрические;
 Б) статистические и нестатистические;
 В) непрерывные и дискретные;
 Г) математические и физические
18. Какие из критериев предусматривают обязательное наличие нормального закона распределения:
 А) параметрические;
 Б) непараметрические;

- В) непрерывные;
 Г) нормальные;
 Д) дискретные
19. Основные параметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
20. Какие из критериев основаны на ранговых (порядковых) отличиях между элементами выборок:
 А) параметрические;
 Б) непараметрические;
 В) непрерывные;
 Г) нормальные;
 Д) дискретные
21. Основные непараметрические критерии статистической достоверности, используемые в практике ФКС:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
22. При использовании критерия Вилкоксона если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
23. При использовании критерия Уайта если , то:
 А) различие между сравниваемыми выборками статистически достоверно;
 Б) различие между сравниваемыми выборками статистически недостоверно;
 В) установить различие между сравниваемыми выборками статистически невозможно;
 Г) установить различие между сравниваемыми выборками статистически возможно
24. Критерием Вилкоксона является:
 А) меньшая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 Б) большая из сумм $W(+)$ и $W(-)$
 В) значение $W(+)+W(-)$
 Г) значение $W(+)-W(-)$
25. Какой из непараметрических критериев позволяет сравнивать две различные по объему выборки:
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
26. В каком из непараметрических критериев граничное значение задается в виде интервала
 А) Стьюдента;
 Б) Фишера;
 В) Вилкоксона;
 Г) Уайта;
 Д) Ван-дер-Вардена
27. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 1, то
 А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
 Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно
28. Если квадрат коэффициента Пирсона R^2 равен 0, то
 А) имеет место полная корреляция с моделью, т.е. точки лежат строго на прямой
 Б) уравнение линейной зависимости полностью неудачно

5.2. Темы письменных работ

не предусмотрены

5.3. Фонд оценочных средств

1. Даны значения ДСВ и их частоты.
 X – частота пульса у студентов, n – количество студентов
 X 67 75 83 87 90 92
 n N 2N N+3 2 N 1
 Найти
1. Составить закон распределения ДСВ
 2. Построить график многоугольника распределения
 3. Найти числовые характеристики ДСВ
 4. Составить функцию распределения
 5. Построить график функции распределения

2. Проверить соответствие выборочных данных для распределения веса студентов в килограммах нормальному закону распределения:
60+N, 50+N, 61+N, 55+N, 58, 61, 61+N, 60, 60, 61, 65, 55+N
3. Описать алгоритм построения в Microsoft Excel графиков, диаграмм, гистограмм с группировкой, круговых диаграмм, объемных гистограмм, линейчатых диаграмм, лепестковых диаграмм, кольцевых диаграмм, комбинированных диаграмм.

5.4. Перечень видов оценочных средств

устный опрос, письменный опрос, практические задания, тестирование

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Мицель А. А.	Прикладная математическая статистика: учебное пособие	Москва: ТУСУ, 2019

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Амагаева Ю. Г., Колесникова О. В.	Статистика: учебно-методическое пособие для обучающихся по направлению подготовки 38.03.01 экономика	Санкт-Петербург: СПбГАУ, 2023

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1	Государственный комитет Республики Татарстан по туризму: официальный сайт. – Казань. – URL: https://tourism.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.2	Информационно-правовой портал Гарант: [сайт]. – Москва. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный. Министерство науки и высшего образования РФ: официальный сайт. – Москва. – URL:
6.3.2.3	https://minobrnauki.gov.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный. Министерство по делам молодежи РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minmol.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.4	Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.5	Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт. – Москва. – URL: https://rosstat.gov.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.6	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки: официальный сайт. – Москва. – URL: https://obrnadzor.gov.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.7	Федеральный портал «Российское образование»: [сайт]. – Москва. – URL: https://www.edu.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.8	Электронный фонд актуальных правовых и нормативно-технических документов: [сайт]. – URL: https://docs.cntd.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.9	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
-----	---

7.2	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.3	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.4	А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.5	А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.6	А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.7	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.8	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.9	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.10	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.12	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.13	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.15	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.17	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.18	D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.19	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.20	D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.21	D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.22	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.23	D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.24	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.25	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.26	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.27	D217А - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.28	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету

7.29	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.30	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.31	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.33	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.34	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.35	E303 (потокная) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.36	E304 (потокная) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.37	E305 (потокная) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.38	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.39	E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.40	E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.41	E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.42	E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.43	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.45	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.46	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.47	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.49	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.51	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.52	
7.53	
7.54	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски

отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в Университете являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

стр. 17

Обучающимся следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

3. Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому магистранту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам - справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники - важное подспорье в самостоятельной работе магистранта, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит магистранту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно, освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение магистрантом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить план или конспект. Конспект, план-конспект – это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражение новые документы, события, явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

4. Методические указания для подготовки к экзамену / зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена / зачета.

Экзамен / зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена / зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена / зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка обучающихся к экзамену /зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену / зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к

стр. 18

экзамену, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен / зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к экзамену / зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену / зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого обучающийся сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену / зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Экзамен / зачет проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному директором и утвержденному проректором по учебной работе и цифровой трансформации.

Экзамен / зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену / зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного / зачетного билета.

Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене неудовлетворительную оценку, решением директора устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена.

5. Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из очень эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах. Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре (текущего контроля успеваемости) и промежуточной аттестации студент может получить:

Зачтено – от 51 и выше баллов

Не зачтено – 50 и менее баллов.

В семестре в качестве итогового контроля по данной дисциплине предусмотрена сдача экзамена, по результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

Оценка «отлично» – от 85 до 100 баллов.

Оценки «хорошо» – от 66 до 84 баллов.

Оценка «удовлетворительно» – от 51 до 65 баллов.

Оценка «неудовлетворительно» – от 50 и менее.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление магистрантам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы обучающихся.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
 Проректор по УРиЦТ
 А.В. Павлова
 22.05.2025 г.

Рабочая программа дисциплины Прикладная математика

Закреплена за кафедрой

Кафедра информационных систем и фиджитал спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание), Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 4

аудиторные занятия

34

самостоятельная работа

38

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	18 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	26	26	26	26
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34	34	34	34
Сам. работа	38	38	38	38
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Любягина Ольга Анатольевна, к.ф-м.н., Доц., Галяутдинов Марат Ильдарханович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой И.о. Любягина О.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины является применение методов прикладной математики в практической деятельности.
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.В.ДВ.02
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Информационные технологии	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Спортивная физиология	
2.2.2	Спортивная метрология	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ПК-1: Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта

ПК-1.5:Обрабатывает полученные результаты в ходе реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта

Знать:
принципы статистического анализа и интерпретации данных

Уметь:
проводить анализ спортивных результатов, выявлять тенденции и закономерности.

Владеть:
навыками работы с программами для анализа данных

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Прикладная математика						
1.1	Прикладная математика /Тема/	4	0				

1.2	1. Статистика в спорте - Сбор и анализ данных о результатах соревнований. - Использование средних, медиан, мод и стандартных отклонений для оценки результатов. - Применение корреляционного анализа для выявления взаимосвязей между тренировками и результатами. 2. Тренировочные планы и оптимизация нагрузок - Математическое моделирование тренировочных циклов. - Применение линейного программирования для оптимизации тренировочного процесса. - Расчет индивидуальных тренировочных нагрузок с учетом физической подготовки спортсмена. 3. Анализ спортивного движения - Использование векторной алгебры для описания движений спортсмена (например, траектории полета мяча). - Применение тригонометрии для анализа углов и расстояний в спортивных действиях (например, в прыжках и метаниях). - Математическое моделирование биомеханических процессов (например, силы, действующие на тело). 4. Оценка эффективности тренировок - Использование математических моделей для прогнозирования результатов на основе предыдущих данных. - Анализ динамики изменений физической формы. 5. Спортивная экономика - Математические модели для оценки затрат и доходов в спортивных командах и клубах. 6. Физическая подготовка и здоровье - Моделирование показателей здоровья и физической активности с помощью статистических методов. 7. Сравнительный анализ спортсменов - Методы ранжирования и классификации спортсменов на основе их результатов. /Лек/	4	8	ПК-1.5-31 ПК-1.5-У1 ПК-1.5-В1	Л1.1Л2.1		
1.3	1. Статистика в спорте 2. Тренировочные планы и оптимизация нагрузок - 3. Анализ спортивного движения 4. Оценка эффективности тренировок 5. Спортивная экономика 6. Физическая подготовка и здоровье 7. Сравнительный анализ спортсменов /Пр/	4	26	ПК-1.5-31 ПК-1.5-У1 ПК-1.5-В1			

1.4	1. Статистика в спорте - Сбор и анализ данных о результатах соревнований. - Использование средних, медиан, мод и стандартных отклонений для оценки результатов. - Применение корреляционного анализа для выявления взаимосвязей между тренировками и результатами. 2. Тренировочные планы и оптимизация нагрузок - Математическое моделирование тренировочных циклов. - Применение линейного программирования для оптимизации тренировочного процесса. - Расчет индивидуальных тренировочных нагрузок с учетом физической подготовки спортсмена. 3. Анализ спортивного движения - Использование векторной алгебры для описания движений спортсмена (например, траектории полета мяча). - Применение тригонометрии для анализа углов и расстояний в спортивных действиях (например, в прыжках и метаниях). - Математическое моделирование биомеханических процессов (например, силы, действующие на тело). 4. Оценка эффективности тренировок - Использование математических моделей для прогнозирования результатов на основе предыдущих данных. - Анализ динамики изменений физической формы. 5. Спортивная экономика - Математические модели для оценки затрат и доходов в спортивных командах и клубах. 6. Физическая подготовка и здоровье - Моделирование показателей здоровья и физической активности с помощью статистических методов. 7. Сравнительный анализ спортсменов - Методы ранжирования и классификации спортсменов на основе их результатов. /Ср/	4	38	ПК-1.5-31 ПК-1.5-У1 ПК-1.5-В1			
-----	---	---	----	-------------------------------------	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Статистика в спорте
 - Сбор и анализ данных о результатах соревнований.
 - Использование средних, медиан, мод и стандартных отклонений для оценки результатов.
 - Применение корреляционного анализа для выявления взаимосвязей между тренировками и результатами.
2. Тренировочные планы и оптимизация нагрузок
 - Математическое моделирование тренировочных циклов.
 - Применение линейного программирования для оптимизации тренировочного процесса.
 - Расчет индивидуальных тренировочных нагрузок с учетом физической подготовки спортсмена.
3. Анализ спортивного движения
 - Использование векторной алгебры для описания движений спортсмена (например, траектории полета мяча).
 - Применение тригонометрии для анализа углов и расстояний в спортивных действиях (например, в прыжках и метаниях).
 - Математическое моделирование биомеханических процессов (например, силы, действующие на тело).
4. Оценка эффективности тренировок

- Использование математических моделей для прогнозирования результатов на основе предыдущих данных.
- Анализ динамики изменений физической формы с помощью дифференциальных уравнений.
- Разработка метрик для оценки прогресса (например, коэффициенты тренированности).

5. Спортивная экономика

- Математические модели для оценки затрат и доходов в спортивных командах и клубах.
- Применение теории игр для анализа стратегий в соревнованиях.
- Расчет стоимости и эффективности спортивных мероприятий.

6. Физическая подготовка и здоровье

- Моделирование показателей здоровья и физической активности с помощью статистических методов.
- Применение математики для расчета потребности в калориях и макронутриентах (например, через уравнения Бенедикта Харриса).
- Анализ данных о восстановлении и адаптации организма к тренировочным нагрузкам.

7. Сравнительный анализ спортсменов

- Методы ранжирования и классификации спортсменов на основе их результатов.
- Применение многомерного анализа данных для сравнения эффективности различных тренировочных подходов.

5.2. Темы письменных работ

не предусмотрены

5.3. Фонд оценочных средств

Кейс 1: Оптимизация тренировочного процесса

Ситуация: Спортсмен, занимающийся легкой атлетикой, хочет улучшить свои результаты в беге на 400 метров. У него ограниченное время для тренировок в течение недели.

Математический подход:

- Линейное программирование: Определите оптимальное распределение времени тренировок между различными видами (спринт, выносливость, силовые тренировки) с учетом ограничений по времени и необходимого объема нагрузки.
- Составление уравнений: Определите уравнения для каждого вида тренировки, учитывая их вклад в общую производительность.

Выводы:

- Определив оптимальное количество часов для каждой тренировки, спортсмен сможет улучшить свои результаты, сократив время на менее эффективные занятия.

Кейс 2: Анализ производительности и восстановление

Ситуация: Команда по футболу хочет проанализировать производительность своих игроков во время сезона и оптимизировать тактику игры.

Математический подход:

- Статистический анализ: Соберите данные о результатах матчей, включая количество голов, ассистов, успешные передачи и время на поле. Используйте методы регрессионного анализа для выявления факторов, влияющих на победу.
- Восстановление: Моделируйте время восстановления игроков с использованием дифференциальных уравнений, чтобы предсказать, как различные нагрузки влияют на физическое состояние.

Выводы:

- На основе анализа команда может адаптировать тренировочный процесс и тактику, чтобы максимизировать шансы на победу, а также избежать травм.

Кейс 3: Сравнительный анализ спортсменов

Ситуация: Тренер хочет сравнить двух своих спортсменов, чтобы определить, кто из них готов к соревнованиям и имеет более высокие шансы на успех.

Математический подход:

- Многомерный анализ данных: Соберите данные о результатах тренировок, включая скорость, выносливость, силовые показатели и технику выполнения упражнений. Используйте методы кластеризации для группировки спортсменов по их характеристикам.
- Коэффициенты производительности: Рассчитайте коэффициенты, которые помогут объективно оценить эффективность каждого спортсмена.

Выводы:

- Полученные результаты позволят тренеру сделать обоснованный выбор о том, кто из спортсменов должен участвовать в соревнованиях, а также выявить области для улучшения.

Кейс 4: Прогнозирование результатов

Ситуация: Спортсмен по плаванию хочет предсказать свои результаты на предстоящих соревнованиях на основе прошлых выступлений.

Математический подход:

- Регрессионный анализ: Используйте исторические данные о результатах спортсмена, чтобы построить модель, которая предсказывает время на дистанции в зависимости от различных факторов (например, температуры воды, времени суток, уровня стресса).
- Временные ряды: Примените методы анализа временных рядов для прогнозирования будущих результатов на основе предыдущих данных.

Выводы:

- Спортсмен сможет установить реалистичные цели для предстоящих соревнований и сосредоточиться на улучшении конкретных аспектов своей подготовки.

Кейс 5: Эффективность спортивного оборудования

Ситуация: Команда по велоспорту хочет оптимизировать свое оборудование для достижения максимальной скорости на трассе.

Математический подход:

- Аэродинамическое моделирование: Используйте математику для моделирования аэродинамических характеристик различных велосипедов с учетом силы сопротивления воздуха и положения спортсмена.
- Сравнительный анализ: Проведите статистический анализ данных о скорости с использованием разных моделей велосипедов и различных позиций спортсменов.

Выводы:

- На основе проведенного анализа команда сможет выбрать наиболее эффективное оборудование и оптимальную позицию для достижения максимальной скорости.

5.4. Перечень видов оценочных средств

устный опрос, письменный опрос, практические задания, тестирование

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Форма, уровни и критерии оценивания сформированности компетенций

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**6.1. Рекомендуемая литература****6.1.1. Основная литература**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Лачуга Ю. Ф., Самсонов В. А.	Прикладная математика: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Воронов М. В., Пименов В. И., Суздалов Е. Г.	Прикладная математика: технологии применения: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025		
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016		
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)		
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)		

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	Государственный комитет Республики Татарстан по туризму: официальный сайт. – Казань. – URL: https://tourism.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.2	Информационно-правовой портал Гарант: [сайт]. – Москва. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный. Министерство науки и высшего образования РФ: официальный сайт. – Москва. – URL:
6.3.2.3	https://minobrnauki.gov.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный. Министерство по делам молодежи РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minmol.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.4	Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – URL: https://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.5	Федеральная служба государственной статистики: официальный сайт. – Москва. – URL: https://rosstat.gov.ru (дата обращения: 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.6	Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки: официальный сайт. – Москва. – URL: https://obrnadzor.gov.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.7	Федеральный портал «Российское образование»: [сайт]. – Москва. – URL: https://www.edu.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.8	Электронный фонд актуальных правовых и нормативно-технических документов: [сайт]. – URL: https://docs.cntd.ru (дата обращения 01.03.2025). – Текст: электронный.
6.3.2.9	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.3	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.4	А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.5	А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.6	А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.7	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.8	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.9	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.10	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.12	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.13	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.15	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.17	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.18	D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий

7.19	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.20	D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.21	D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.22	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.23	D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.24	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.25	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.26	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.27	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.28	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.29	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.30	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.31	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.33	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.34	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.35	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.36	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.37	E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.38	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.39	E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.40	E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.41	E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.42	E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.43	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету

7.45	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.46	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.47	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.49	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.51	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в Университете являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по

специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

стр. 17

Обучающимся следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

3. Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому магистранту нужно обязательно научиться работать с книгой. Осмысление литературы требует системного подхода к освоению материала. В работе с литературой системный подход предусматривает не только тщательное (иногда многократное) чтение текста и изучение специальной литературы, но и обращение к дополнительным источникам - справочникам, энциклопедиям, словарям. Эти источники - важное подспорье в самостоятельной работе магистранта, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит магистранту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно, освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение магистрантом поставленной перед ним задачи (подготовка к практическому занятию, выполнение контрольной работы и т.д.).

Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдал преподаватель, либо путем самостоятельного отбора материалов. После этого непосредственно начинается изучение материала, изложенного в книге.

Наиболее надежный способ собрать нужный материал – составить план или конспект. Конспект, план-конспект – это последовательная фиксация отобранной и обдуманной в процессе чтения информации.

При изучении литературы особое внимание следует обращать на новые термины и понятия. Понимание сущности и значения терминов способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении дисциплины. Поэтому при изучении темы курса следует активно использовать универсальные и специализированные энциклопедии, словари, иную справочную литературу.

Вся рекомендуемая для изучения курса литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Необходимость изучения дополнительной литературы диктуется прежде всего тем, что в учебной литературе (учебниках) зачастую остаются неосвещенными современные проблемы, а также не находят отражения новые документы, события,

явления, научные открытия последних лет. Поэтому дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала.

4. Методические указания для подготовки к экзамену / зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме экзамена / зачета.

Экзамен / зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения экзамена / зачета является опрос по теоретическим вопросам методом собеседования и/или тестирования.

Цели экзамена / зачета и решаемые им задачи:

- проверить степень усвоения обучающимися учебного материала по дисциплине;
- оценить уровень полученных знаний в объеме требований учебной программы;
- оценить развитие навыков творческого применения основных теоретических положений в повседневной практической деятельности;
- оценить умения логически строго излагать свои мысли, правильно строить ответы на поставленные вопросы, выделять главное и делать выводы;
- определить оптимальное соотношение лекций и семинаров по дисциплине, эффективность выбранного графика прохождения и методического сопровождения учебной дисциплины;
- определить соответствие образовательного процесса требованиям руководящих документов, выявить имеющиеся недостатки и выработать предложения по совершенствованию его содержания, организации и ведения.

Подготовка обучающихся к экзамену /зачету включает три стадии:

- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену;
- подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билете.

Подготовку к экзамену / зачету целесообразно начать с планирования и подбора нормативно-правовых источников и литературы. Прежде всего, следует внимательно перечитать учебную программу и программные вопросы для подготовки к

экзамену, чтобы выделить из них наименее знакомые. Далее должен следовать этап повторения всего программного материала. На эту работу целесообразно отвести большую часть времени. Следующим этапом является самоконтроль знания изученного материала, который заключается в устных ответах на программные вопросы, выносимые на экзамен / зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

Литература для подготовки к экзамену / зачету обычно рекомендуется преподавателем. Она также может быть указана в рабочей программе дисциплины и/или учебно-методических пособиях.

Основным источником подготовки к экзамену / зачету является конспект лекций. Учебный материал в лекции дается в систематизированном виде, основные его положения детализируются, подкрепляются современными фактами и нормативной информацией, которые в силу новизны, возможно, еще не вошли в опубликованные печатные источники. Правильно составленный конспект лекций содержит тот оптимальный объем информации, на основе которого обучающийся сможет представить себе весь учебный материал.

Обучающиеся к экзамену / зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией к преподавателю, ведущему данную дисциплину.

Экзамен / зачет проводится строго по расписанию промежуточной аттестации, составленному директором и утвержденному проректором по учебной работе и цифровой трансформации.

Экзамен / зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием. Преподаватель убеждается в готовности обучающихся к экзамену / зачету и доводит до них порядок его проведения.

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора экзаменационного / зачетного билета.

Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет 20 минут на подготовку к ответу.

Преподаватель, заслушав ответ, задает при необходимости дополнительные (уточняющие) вопросы, оценивает знания обучающегося в соответствии с критериями, принятыми в Университете, объявляет оценку и разрешает обучающемуся выйти из аудитории.

Обучающимся, получившим на экзамене неудовлетворительную оценку, решением директората устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) экзамена.

5. Разъяснения по работе с рейтинговой системой

Рейтинговая система представляет собой один из очень эффективных методов организации учебного процесса, стимулирующего заинтересованную работу студентов, что происходит за счет организации перехода к саморазвитию обучающегося и самосовершенствованию как ведущей цели обучения, за счет предоставления возможности развивать в себе самооценку. В конечном итоге это повышает объективность в оценке знаний.

При использовании данной системы весь курс по предмету разбивается на 2 модуля. По окончании изучения каждого модуля обязательно проводится контроль знаний студента с оценкой в баллах. Каждый модуль оценивается в 25 баллов: 20 за успеваемость, 5 – за посещаемость. Максимально за два модуля можно получить 50 баллов.

По окончании изучения курса определяется сумма набранных за весь период баллов и выставляется общая оценка.

В семестре в качестве промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре (текущего контроля успеваемости) и промежуточной аттестации студент может получить:

Зачтено – от 51 и выше баллов

Не зачтено – 50 и менее баллов.

В семестре в качестве итогового контроля по данной дисциплине предусмотрена сдача экзамена, по результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

Оценка «отлично» – от 85 до 100 баллов.

Оценки «хорошо» – от 66 до 84 баллов.

Оценка «удовлетворительно» – от 51 до 65 баллов.

Оценка «неудовлетворительно» – от 50 и менее.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление магистрантам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы обучающихся.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по УРиЦТ
А.В. Павлова

22.05.2025г.

Рабочая программа дисциплины **Видеоанализ в спорте**

Закреплена за кафедрой

Кафедра информационных систем и фиджитал спорта

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание), Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

2 ЗЕТ

Часов по учебному плану

72

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 4

аудиторные занятия

50

самостоятельная работа

22

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	18 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	12	12	12	12
Практические	38	38	38	38
Итого ауд.	50	50	50	50
Контактная работа	50	50	50	50
Сам. работа	22	22	22	22
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Фаткуллов Ильнур Рафкатович; к.ф.-м.н., Доц., Мифтахов Рустем Фаридович; Ситдииков Алмаз Муллаянович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой И.о. Любягина О.А.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать у студентов системное понимание методологии и практически применения технологий видеоанализа в спорте, подготовив их к применению этих инструментов для объективной оценки спортивной деятельности, повышения эффективности тренировочного процесса и поддержки принятия тактических решений в различных видах спорта.
-----	---

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	ФТД
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ**ОПК-8: Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности**

ОПК-8.3:Использует технологии психолого-педагогического, информационного, технического сопровождения соревновательной деятельности

Знать:

Этические нормы и психологические приемы подачи видеoinформации спортсменам (акцент на решениях, а не ошибках; использование позитивных примеров).

Уметь:

Организовывать процесс видеосъемки на выездных соревнованиях (работа с автономным оборудованием, питанием, архивацией).

Владеть:

Навык базового видеомонтажа (обрезка, склейка, наложение текстовой метки) в простом редакторе.

ОПК-9: Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся

ОПК-9.1:Анализирует соревновательную деятельность

Знать:

Знать об особенностях использования видеоанализа при проведении анализа соревновательной деятельности

Уметь:

Создавать дидактические видеоматериалы с графическими пометками (стрелки, зоны, паузы) для разбора со спортсменами.

Владеть:

Навык использования инструментов рисования и аннотирования в программах видеоанализа (например, «карандаш», «стрелка», «замедление»).

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Видеоанализ в спорте						
1.1	Изучение основ обработки видео. Использование возможностей программы Kinovea для видеоанализа /Тема/	4	0				
1.2	Обработка видеоизображений. Программное обеспечение для видеоанализа движений /Лек/	4	2	ОПК-8.3-31 ОПК-9.1-31			
1.3	Биомеханический анализ спортивных движений человека. /Лек/	4	2	ОПК-8.3-31 ОПК-9.1-31			
1.4	Изучение основных возможностей программ Kinovea /Лек/	4	4	ОПК-8.3-В1 ОПК-8.3-31 ОПК-9.1-31			

1.5	Изучение основ работы с программой Kinovea /Пр/	4	4	ОПК-9.1-В1 ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-8.3-У1			
1.6	Работа с фрагментами видеороликов и добавление графических элементов в видеофрагмент /Пр/	4	4	ОПК-8.3-У1 ОПК-9.1-У1 ОПК-9.1-В1			
1.7	Изучение возможностей программы для измерения расстояния и скорости в видеороликах /Пр/	4	4	ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1			
1.8	Изучение возможностей программы при параллельном изучении двух видео /Пр/	4	6	ОПК-9.1-У1 ОПК-9.1-В1 ОПК-8.3-В1			
1.9	Изучение возможностей программы при измерении промежутков времени в видеофрагментах /Пр/	4	4	ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1			
1.10	Изучение возможностей количественного анализа в видеофрагментах (измерение расстояния до элемента и параметров элемента) /Пр/	4	6	ОПК-9.1-В1 ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1			
1.11	Изучение основных возможностей программ Kinovea /Ср/	4	4	ОПК-9.1-31 ОПК-9.1-У1 ОПК-9.1-В1 ОПК-8.3-В1			
1.12	Изучение возможностей программы для измерения расстояния и скорости в видеороликах /Ср/	4	4	ОПК-8.3-В1 ОПК-9.1-31 ОПК-9.1-У1 ОПК-9.1-В1			
1.13	Изучение возможностей количественного анализа в видеофрагментах (измерение расстояния до элемента и параметров элемента) /Ср/	4	4	ОПК-9.1-В1 ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1			
1.14	Биомеханический анализ спортивных движений человека. /Ср/	4	2	ОПК-8.3-У1 ОПК-8.3-31			
1.15	Изучение основных возможностей Longomatch при организации анализа видеофрагментов /Тема/	4	0				
1.16	Изучение основ работы с программой Longomatch. /Лек/	4	4	ОПК-8.3-31 ОПК-9.1-31			
1.17	Работа с основными элементами программы Longomatch. /Пр/	4	6	ОПК-9.1-В1 ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-В1			
1.18	Подготовка программы для анализа по различным видам спорта /Пр/	4	4	ОПК-9.1-31 ОПК-9.1-У1 ОПК-8.3-У1 ОПК-8.3-В1			

1.19	Работа с основными элементами программы Longomatch. /Ср/	4	8	ОПК-8.3-У1 ОПК-8.3-В1 ОПК-9.1-У1			
------	--	---	---	--	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Письменный или устный опрос

1. Современные компьютерные программы видеоанализа. Краткая характеристика.
2. Основные возможности и элементы программы Kinovea.
3. Основные возможности загрузки видео в программе Kinovea.
4. Что такое рабочая область в программе Kinovea. Опишите ее устройство и основные панели.
5. Каким образом осуществляется захват и воспроизведение видеоклипов в программе Kinovea?
6. Как сохранить только видео или только главные кадры в обработанном видео?
7. Как производится добавление графики в видеофрагмент в программе Kinovea?
8. Каким образом производится отслеживание объектов или их движение на видео?
9. Как создается траектория при движении в программе Kinovea?
10. Опишите основные панели инструментов программы Longo Match.
11. Как происходит разбиение игры по ключевым элементам анализа в программе Longo Match?
12. Как происходит группирование событий по категориям анализа в программе Longo Match?
13. Как редактировать свойства событий в программе Longo Match?
14. Каким образом добавляются примечания к событиям в программе Longo Match?
15. Каким образом работать с временной шкалой в программе Longo Match?
16. Опишите порядок использования зональных меток в программе Longo Match.
17. Как создается новой список воспроизведения в программе Longo Match?
18. Как происходит экспортирование списка воспроизведения в новый видеофайл в программе Longo Match?
19. Современные форматы видео.
20. Характеристика форматов видеофайлов.
21. Применение видеоанализа в физической культуре и спорте.
22. Понятие видеоанализа. Направления использования видеоанализа в спорте
23. Использование видео в учебно-тренировочного процесса
24. История развития видеоанализа.
25. Фотофиниш.
26. Видеоповтор
27. Особенности съемки видео для проведение анализа.
28. Основные функции программного обеспечения для видеоанализа
29. Графический интерфейс программы Kinovea.
30. Структура видео-аналитического отдела

Тестовые вопросы

1. В программе Kinovea на экран можно установить:
 - Ключевые изображения управления
 - Ключевые поля
 - Ключевой код активации
 - Ключи
2. Программа Kinovea предназначена для:
 - спортсменов, тренеров и медицинских работников;
 - программистов, кинорежиссёров
 - бизнесменов, кинооператоров
3. Данный инструмент позволяет
 - Добавить изображение ключа
 - Добавить текстовую метку и отредактировать ее
 - Добавить свободный рисунок
 - Измерить угол
4. Данный инструмент позволяет
 - Добавить изображение ключа
 - Добавить текстовую метку и отредактировать ее
 - Добавить свободный рисунок
 - Измерить угол
5. Данный инструмент позволяет

- Добавить изображение ключа
- Добавить текстовую метку и отредактировать ее
- Добавить свободный рисунок
- Измерить угол

6. AVI-это

- Наиболее ресурсоемкий формат, с наибольшей потерей данных
- Наиболее ресурсоемкий формат, с минимальной потерей данных.

7. Для чего назначен следующий инструмент

- Сохранение последовательности снимков
- Сохранить видео
- Сохранить ряд ключевых кадров с паузами
- Сохранить видео с паузами на ключевых кадрах

8. Как расшифровывается MPEG?

- Moving Picture Expert Group
- Moving Picture Expert
- Audio Video Interleave

9. Формат файлов, используемый для передачи видео через интернет. Используются такими сервисами, как YouTube, Google Video, RuTube.BY, Mybu, Obivu и др.

- FLV
- AVI
- MOV
- WMV

10. Надпись в фильме

- название фильма
- титры
- вступительные титры
- заключительные титры

11. В каких файлах форматов видеоинформация может храниться?

- AVI и MPEG
- Только AVI
- Только MPEG

12. Что такое AVI

- Формат, предназначенный для сжатия звуковых и видеофайлов для загрузки или пересылки.
- Формат несжатого видео.

13. Для чего назначен следующий инструмент

- Сохранение последовательности снимков
- Сохранить видео
- Сохранить ряд ключевых кадров с паузами
- Сохранить видео с паузами на ключевых кадрах

14. Какую информацию несут сигналы в видеокамере?

- О яркости
- О цветности отдельных участков изображения
- О яркости и цветности отдельных участков изображения

15. Когда говорят о видеозаписи, прежде всего, имеют в виду:

- Движущееся изображение на экране телевизора или звуковую волну с меняющейся амплитудой и частотой;
- Движущееся изображение на экране телевизора;
- Звуковую волну с меняющейся амплитудой и частотой.

16. Компьютерную технологию хранения, воспроизведения и обработки динамических изображений, снятых с помощью кино- или видеокамер, а также принятых по каналам телевидения или Интернет-каналам и сохраненных в виде фильма в цифровом формате на компьютерных носителях называют

- Цифровым видео
- компьютерным видео
- видео

17. Видеопоток - это

- процесс передачи видеоданных на устройство вывода во время демонстрации фильма
- показывает количество обрабатываемых бит видеоинформации за одну секунду времени

- характеристика призванная оценить качество обработанного видео в сравнении с оригиналом и определяющаяся совокупностью значений разрешения
- количество кадров сменяется за секунду. кадров сменяется за секунду.

18. Время отставания в LongoMatch- это

- Количество времени, прибавляемое к событию с момента его кодирования с целью определения времени остановки
- Количество времени, отнимаемое от события с момента его кодирования с целью определения его начального времени
- Особый тип события, во время которого игрок штрафуются

19. Какой функции в LongoMatch не существует?

- Редактор шаблонов
- Менеджер проектов
- Временная шкала
- Редактор формул

20. Верно ли следующее выражение: «LongoMatch обеспечивает поддержку списков воспроизведения, как простого способа создания презентаций с использованием моментов из разных игр».

- да
- нет

21. Какой кнопки на панели инструментов LongoMatch не существует?

- Кнопка «Событие»
- Кнопка «Таймер»
- Кнопка «Метка»
- Кнопка «Маркер»

22. Можно ли на панели инструментов программы LongoMatch изменять, добавлять инструменты?

- Да
- Нет

23. Что обозначает следующий маркер на полосе прокрутке

- Маркер для секундомера
- Маркер для точки синхронизации
- Маркер для отслеживания пути
- Маркер для ключевых изображений

24. Что обозначает следующий маркер на полосе прокрутке

- Маркер для секундомера
- Маркер для точки синхронизации
- Маркер для отслеживания пути
- Маркер для ключевых изображений

25. Что обозначает следующий маркер на полосе прокрутке

- Маркер для секундомера
- Маркер для точки синхронизации
- Маркер для отслеживания пути
- Маркер для ключевых изображений

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

5.4. Перечень видов оценочных средств

5.5. Рейтинг-план дисциплины

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1 1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025

6.3.1.2 Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016

6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.3	А 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.4	А 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.5	А 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.6	А 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету
7.7	А 107 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.8	D101 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система, доступ к Интернету.
7.9	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.10	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.11	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.12	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.14	B202A - Зал физкультурно-оздоровительных технологий с покрытием будо-маты.
7.15	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.
7.17	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.20	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.21	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.22	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.23	D206 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.24	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.25	D208 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий

7.26	D210 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.27	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.28	D213 (комп.класс) - Моноблок DIO (16 шт.), моноблоки ICL (2 шт), мультимедийный проектор, проекционный экран, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.29	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.30	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.31	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.33	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.34	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.35	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.36	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.37	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.38	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.39	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.40	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.41	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.42	E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.43	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E402 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.45	E403 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.46	E405 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.47	E407 - Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), акустическая система активная Sven (2x25 Вт), головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.), блок интерфейсов для стола, доступ к интернету
7.48	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.49	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.51	E503 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, Моноблок USN BUSINESS 954W (13шт.), Головная гарнитура SANAKO SLH07 (13 шт.). Блок интерфейсов для стола:

7.52	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.53	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.54	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.55	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.56	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.57	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.58	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.59	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.60	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.61	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.62	E801 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.63	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.64	E813 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), моноблоки ICL (2 шт.), ЖК телевизор LG 55 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалы мультимедийных лекций и Smart-занятий
7.65	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.66	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.68	Операционная система специального назначения Astra Linux Special Edition уровень защиты «Максимальный» («Смоленск») РУСБ.10015-01 (ФСТЭК) для рабочей станции (Соглашение А-2024-7120-ВУЗ-С)
7.69	Учебная версия программы для ЭВМ «система автоматизации гостиниц «Эдельвейс». Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015 года.
7.70	Программное обеспечение САМО Турагент» для учебных заведений. Сублицензионный договор с ООО «САМО Плюс» № 200 от 23.11.2020 года.
7.71	Программное обеспечение TrevelLine: Platform. Сублицензионный договор с ООО «Тревел Лайн Системс» №5 от 10.03.2025 года.

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Рекомендации по подготовке к лекционным занятиям

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных тем не позволяют глубоко освоить предмет. Обучающимся необходимо:

- перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, представленный лектором на портале или присланный на «электронный почтовый ящик группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратиться к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях.

8.2. Рекомендации по подготовке к семинарскому (практическому) занятию

Важной составной частью учебного процесса в Университете являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся главным образом по общественным наукам и другим дисциплинам, требующим научно-теоретического обобщения литературных источников, и помогают магистрантам глубже усвоить учебный материал, приобрести навыки творческой работы над документами и первоисточниками. Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая

литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине. Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо прокомментировать основные вопросы плана семинара. Такой подход преподавателя помогает обучающимся быстро находить нужный материал к каждому из вопросов, не задерживаясь на второстепенном. Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо, прежде всего, указать обучающимся страницы в конспекте лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы они получили общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует рекомендовать им поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам.

Семинарское занятие представляет собой комбинированный тип занятия, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) решение практических заданий;
- 4) выполнение кейс-задач;
- 5) выполнение контрольных работ и тестовых заданий;
- 6) заслушивание докладов с презентациями

Закрепление полученных знаний осуществляется разными способами:

1. в процессе самостоятельной подготовки к занятию обучающиеся повторяют материал, изученный на лекциях или по учебнику.
2. проговаривание вслух учебного материала на занятии повышает степень его усвоения.
3. обсуждение полученных знаний делает их более прочными.

Расширение и углубление знаний происходит тогда, когда обучающиеся готовятся к семинарскому занятию по первоисточникам. В процессе их чтения и конспектирования они получают больше информации, чем содержится в лекциях и учебнике. Расширению и углублению знаний также способствует подготовка магистрантами рефератов или сообщений по специальным вопросам, а также подготовка всех обучающихся по одним и тем же вопросам по одним и тем же первоисточникам.

Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1-й - организационный;
- 2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь.

При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Обучающимся следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал соответствующей темы занятия;
- при подготовке к практическим занятиям следует обязательно использовать не только лекции, учебную литературу, но и дополнительные материалы;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Обучающимся, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющим письменного решения задач или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Обучающиеся, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

8.3. Рекомендации по самостоятельному изучению материалов дисциплины

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения учебных дисциплин и овладения навыками профессиональной деятельности.

На лекциях преподаватель знакомит обучающихся с основными положениями темы, а дальнейшее усвоение материала связано с самостоятельной работой. Развитие умений самостоятельной работы происходит в процессе подготовки к занятиям. Развиваются умения самостоятельного поиска, отбора и переработки информации. Этому способствуют разные формы постановки заданий для подготовки к занятию - количество вопросов и их формулировка, указание конкретных источников, разделов, страниц - или предоставление магистрантам возможности самостоятельного поиска.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета, статистическими данными является наиболее эффективным методом получения знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует у обучающихся свое отношение к конкретной проблеме.

Содержание самостоятельной работы по темам курса, а также вопросы для самоконтроля и задания для проверки усвоения материала приведены в Методических указаниях для организации самостоятельной работы обучающихся.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОВОЛЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
 УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**



Рабочая программа дисциплины **Социальная адаптация в условиях профессиональной деятельности**

Закреплена за кафедрой	Кафедра адаптивной физической культуры		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в водных видах спорта (плавание, синхронное плавание)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	2 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	72	Виды контроля в семестрах:	
в том числе:		зачеты 4	
аудиторные занятия	32		
самостоятельная работа	40		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10	10	10
Практические	22	22	22	22
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	40	40	40	40
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.псх.н., Доц., Сумина Наталья Евгеньевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г, № 9

Зав. кафедрой Парфенова Л.А.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать у студентов комплекс знаний, умений и навыков, необходимых для успешной социальной адаптации в образовательной, профессиональной и социальной среде, а также подготовить их к эффективной деятельности различными группами людей, в том числе с особыми потребностями.
1.2	Развить понимание механизмов и факторов социальной адаптации в контексте профессиональной деятельности;
1.3	сформировать коммуникативные умения и навыки межличностного взаимодействия;
1.4	изучить стратегии преодоления профессиональных и социальных трудностей, стрессов и конфликтов;
1.5	подготовка к созданию инклюзивной среды и работы с различными категориями клиентов, в том числе с особыми потребностями

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		ФТД
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Адаптивная физическая культура	
2.2.2	Психология физической культуры и спорта	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-6: Способен воспитывать у лиц, занимающихся физической культурой и спортом, личностные качества, формировать моральные ценности честной спортивной конкуренции, проводить профилактику негативного социального поведения	
ОПК-6.3: Проводит профилактику негативного социального поведения	

Знать:

Психологические основы социального поведения: понимание причин и условий возникновения негативного поведения. Особенности поведения лиц с ОВЗ: знание особенностей адаптации, коммуникации и поведения людей с различными видами ограничений здоровья.

Методы и программы профилактики негативных проявлений: инновационные подходы, программы профилактики и реабилитации.

Профилактика и коррекция отклоняющихся форм поведения: методы выявления и вмешательства.

Уметь:

Диагностировать признаки негативного поведения и риски среди лиц с ОВЗ.

Разрабатывать и реализовывать профилактические программы и мероприятия.

Коммуницировать с лицами с ОВЗ, их семьями и коллегами для обеспечения профилактической работы.

Проводить обучающие и просветительские занятия по вопросам социального поведения.

Анализировать эффективность профилактических мероприятий и корректировать их.

Владеть:

Работы с лицами с ОВЗ, создавая доверительную и безопасную атмосферу.

Обценивания ситуации и принятия своевременных мер по предупреждению негативных проявлений.

Психологической поддержки и консультирования лиц с ОВЗ и их окружения.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. модуль 1						
1.1	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Тема/	4	0				
1.2	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Лек/	4	4	ОПК-6.3-31	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4		

1.3	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Пр/	4	6	ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.4	Понятие социальной адаптации, ее этапы, механизмы, условия. Социальная дезадаптация: понятия, причины /Ср/	4	10	ОПК-6.3-31 ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1			
1.5	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Тема/	4	0				
1.6	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Лек/	4	2	ОПК-6.3-31	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.7	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Пр/	4	6	ОПК-6.3-У1			
1.8	Социальная адаптация, как основное условие образовательной и профессиональной деятельности. Имидж, как способ социальной адаптации. Моделирование карьеры. Профессиональное резюме. /Ср/	4	10	ОПК-6.3-31 ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1			
	Раздел 2. модуль 2						
2.1	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной деятельности /Тема/	4	0				
2.2	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной деятельности /Лек/	4	4	ОПК-6.3-31	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4		
2.3	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной деятельности /Пр/	4	6	ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1			
2.4	Особенности социальной адаптации инвалидов и лиц с ОВЗ в условиях образовательной деятельности /Ср/	4	10	ОПК-6.3-31 ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1			
2.5	Профессиональная адаптация: особенности адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья /Тема/	4	0				
2.6	Профессиональная адаптация: особенности адаптации лиц с отклонениями в	4	4	ОПК-6.3-У1	Л1.1Л2.1 Л2.2 Э1 Э2 Э3 Э4		

2.7	Профессиональная адаптация: особенности адаптации лиц с отклонениями в	4	10	ОПК-6.3-31 ОПК-6.3-У1 ОПК-6.3-В1			
-----	--	---	----	--	--	--	--

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

вопросы для контроля знаний

1. Понятие социальной адаптации.
2. Виды, этапы, механизмов социально-психологической адаптации
3. Сущность и содержание понятий «адаптация», «адаптированность», «уровни адаптированности».
4. Типы адаптивного поведения личности и их особенности для инвалидов.
5. Группы инвалидов и лиц с ОВЗ на раннем этапе адаптации.
6. Программы социально-психологической поддержки и помощи инвалидам и лицам с ОВЗ, направленные оказание содействия в оптимизации адаптационного процесса.

5.2. Темы письменных работ

темы для докладов

модуль 1

1. Адаптация и ее виды. Понятие адаптации.
2. Механизмы успешной социальной адаптации.
3. Нормы позитивного социального поведения.
4. Социальное поведение и конфликты в обществе.
5. Ролевые игры использования норм позитивного социального поведения.
6. Социальная дезадаптация: понятия, причины.

модуль 2

1. Особенности обучения лиц с ОВЗ и инвалидов (по зрению, слуху, нарушением интеллекта, ОДА).
2. Специфика обучения студентов с нарушениями зрительного и слухового анализаторов.
3. Этапы адаптации в условиях образовательной деятельности людей с ОВЗ.
4. Эмоциональный барьер студентов с ОВЗ. Снижение эмоционального барьера людей с ОВЗ.
5. Стратегии по преодолению психологических барьеров в работе.
6. Мониторинг рынка труда. Критерии выбора профессии для людей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, различных нозологических групп.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Что относится к понятию «адаптация» (2 ответа)?
А) занимает одно из центральных мест в биологии.
Б) это состояние психологической напряженности в процессе деятельности в сложных условиях
В) приспособление живого организма к условиям окружающей среды
Г) совокупность реакций организма человека в ответ на неблагоприятные воздействия
2. Применительно к какой науке адаптация обозначает процесс приспособления человека к условиям социальной среды?
А) Физиология Б) Социология В) Биология Г) Антропология
3. Соотнесите понятия А) __ Б) __ В) __ Г) __
А) Смысл адаптации
Б) Функция адаптации
В) Результат, итог процесса адаптации
Г) Роль социальной адаптации
- 1) принятие личностью норм и ценностей среды, будь то социальная общность, организация, институт, а также включение человека в различные формы предметной деятельности и взаимодействия, имеющиеся в этих социальных образованиях.
- 2) адаптированность
- 3) позволяет включить личность в процессы, протекающие в непосредственной социальной среде, и в то же время является одним из средств изменения личности и среды.
- 4) освоение относительно стабильных условий среды, решение повторяющихся, типичных проблем путем использования принятых способов социального поведения, действия.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценка качества освоения дисциплины обучающимися включает результаты текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости – оценка учебных достижений студента по различным видам учебной деятельности

в процессе изучения дисциплины.

Текущий контроль успеваемости представляет собой проверку усвоения учебного материала теоретического и практического характера в процессе изучения дисциплины. Текущий контроль успеваемости осуществляется в течение периода обучения по всем видам аудиторных занятий и самостоятельной работы студента в соответствии с утвержденным в установленном порядке графиком учебного процесса.

К формам контроля текущего контроля успеваемости по дисциплине относятся:

1. Собеседование, устный опрос - специальная беседа преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, рассчитанная на выяснение объема знаний обучающегося по определенному разделу, теме, проблеме и т.п., цель которой – систематизация и уточнение имеющихся у студента знаний, проверка его индивидуальных возможностей усвоения материала.
2. Тестирование - форма контроля, с помощью которого педагог оценивает степень достижения студентом требуемых знаний, умений, навыков. Составление теста включает в себя создание выверенной системы вопросов, собственно процедуру проведения тестирования и способ измерения полученных результатов. Тест состоит из небольшого количества элементарных задач; может предоставлять возможность выбора из перечня ответов; занимает часть учебного занятия (10–30 минут); правильные решения разбираются на том же или следующем занятии; частота тестирования определяется преподавателем. Преподаватель может использовать тесты на бумажном носителе или интернет-тестирование.
3. Практическая работа - является средством применения и реализации полученных обучающимся знаний, умений и навыков в ходе выполнения учебно-практической задачи, связанной с получением корректного значимого результата с помощью реальных средств деятельности. Рекомендуется для проведения в рамках тем (разделов), наиболее значимых в формировании практических (профессиональных) компетенций, проверка реальных профессиональных умений.

Промежуточная аттестация – оценивание учебных достижений студента по дисциплине. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра (года, всего срока обучения и др.) и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: написание реферата с презентацией по теме семинара с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами семинара, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного семинарского занятия выбирается преподавателем.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи и отвечает на вопросы преподавателя. Пропущенные практические занятия отрабатываются по соответствующему разделу учебной дисциплины. Отработка засчитывается, если студент свободно оперирует терминологией, которая рассматривалась на занятии, которое подлежит отработке, отвечает развернуто на вопросы, подкрепляя материал примерами.

Студенту, имеющему право на свободное посещение занятий, выдается график индивидуальной работы.

Реферат – продукт самостоятельной работы студента, представляющий собой краткое изложение в письменном виде полученных результатов теоретического анализа определенной темы (раздела), где студент представляет краткое изложение содержания научных трудов, литературы по определенной теме. Объем реферата может достигать 10–15 стр.

Презентация – представление студентом наработанной информации по теме реферата в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения дисциплины оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждой из 2-х текущих аттестаций).

Защита проекта по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины и результатам промежуточной аттестации на этапе защиты проекта:

- 50 и менее баллов – неудовлетворительно (не аттестован)
- 51–65 баллов – удовлетворительно (аттестован)
- 66–84 балла – хорошо (аттестован)
- 85–100 баллов – отлично (аттестован)

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
---------------------	----------	-------------------

Л1.1	Котлярова Л. Д., Попова И. В.	Социальная адаптация и основы социально-правовых знаний: практикум для аудиторной и самостоятельной работы для студентов, обучающихся по всем направлениям подготовки (специальностям) очной и заочной форм обучения	пос. Караваево: КГСХА, 2018
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год

стр. 7

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Коробова М. В.	Влияние направленности и личностных качеств педагога на процесс формирования позитивных взаимоотношений с подростками с низким уровнем социальной адаптации: учебное пособие	Липецк: Липецкий ГПУ, 2022
Л2.2	Данковцев О. А.	Социальные технологии работы с несовершеннолетними с девиантным поведением и их семьями: учебное пособие	Липецк: Липецкий ГПУ, 2021

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	eLibrary.Ru : научная электронная библиотека
Э2	Лань : электронно-библиотечная система
Э3	Юрайт : Электронно-библиотечная система
Э4	Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма .

6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства

6.3.1.1	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.2	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.3	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.4	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License –Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от14.11.2023)
6.3.1.5	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NLAcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011) 49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт №2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем**7. МТО (оборудование и технические средства обучения)**

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25Вт), доступ к Интернету.
7.3	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.4	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25Вт), доступ к Интернету.
7.5	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25Вт), доступ к Интернету.
7.6	D207 (комп.класс) - Персональный компьютер ICL RAY, Моноблок KCG (15 шт.), Моноблок ICL (2 шт), ЖКтелевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету, материалымультимедийных лекций и Smart-занятий
7.7	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В процессе самостоятельной работы обучающийся приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления, саморефлексии и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности. Обучающиеся самостоятельно определяют режим своей внеаудиторной работы и меру труда, затрачиваемого на овладение учебным содержанием по каждой дисциплине/МДК, выполняет внеаудиторную работу по личному индивидуальному плану, в зависимости от собственной подготовки, бюджета времени и других условий. Ежедневно обучающийся должен уделять выполнению внеаудиторной самостоятельной работы в среднем не менее 3 часов. При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы обучающийся имеет право обращаться к преподавателю за консультацией с целью уточнения задания, правил оформления документов, формы контроля выполненного задания. При выполнении самостоятельной работы необходимо:

- освоить вопросы, выносимые на самостоятельную работу и предложенные преподавателем в соответствии с программой по данной дисциплине/МДК;
- планировать самостоятельную работу в соответствии с графиком самостоятельной работы, предложенным преподавателем;
- самостоятельную работу студент должен осуществлять в организационных формах, предусмотренных учебным планом и рабочей программой по дисциплине или МДК;
- выполнять самостоятельную работу и отчитываться по ее результатам в соответствии с графиком представления результатов, видами и сроками отчетности по самостоятельной работе студентов.

Выполняя самостоятельную работу обучающийся может:

- предлагать дополнительные темы и вопросы для самостоятельного изучения;
- в рамках общего графика выполнения самостоятельной работы предлагать обоснованный индивидуальный график выполнения и отчетности по ее результатам;
- предлагать свои варианты организационных форм самостоятельной работы;
- использовать для самостоятельной работы учебные и методические пособия, учебные пособия, другие разработки и ресурсы интернет сверх предложенного преподавателем перечня;
- использовать контроль и самоконтроль результатов самостоятельной работы в соответствии с методами, предложенными преподавателем или выбранными самостоятельно.

стр. 8

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Изучение теоретической части дисциплин призвано не только углубить и закрепить знания, полученные на аудиторных занятиях, но и способствовать

развитию у студентов творческих навыков, инициативы и организовать свое время.

Самостоятельная работа при изучении дисциплин включает:

- чтение студентами рекомендованной литературы и усвоение теоретического материала дисциплины;
- знакомство с Интернет-источниками;
- подготовку к различным формам контроля (тесты, контрольные работы);
- подготовку и написание рефератов;
- выполнение контрольных работ;
- подготовку ответов на вопросы по различным темам дисциплины в той последовательности, в какой они представлены.

Планирование времени, необходимого на изучение дисциплин, студентам лучше всего осуществлять весь семестр, предусматривая при этом регулярное повторение материала.

Материал, законспектированный на лекциях, необходимо регулярно прорабатывать и дополнять сведениями из других источников литературы, представленных не только в программе дисциплины, но и в периодических изданиях.

При изучении дисциплины сначала необходимо по каждой теме прочитать рекомендованную литературу и составить краткий конспект основных положений, терминов, сведений, требующих запоминания и являющихся основополагающими в этой теме для освоения последующих тем курса. Для расширения знания по дисциплине рекомендуется использовать Интернет-ресурсы; проводить поиски в различных системах и использовать материалы сайтов, рекомендованных преподавателем.

При подготовке к контрольной работе необходимо прочитать соответствующие страницы основного учебника.

Желательно также чтение дополнительной литературы. При написании контрольной работы ответ следует иллюстрировать схемами.

При выполнении самостоятельной работы по написанию реферата студенту необходимо: прочитать теоретический материал рекомендованной литературы, периодических изданиях, на Интернет-сайтах; творчески переработать изученный материал и представить его для отчета в форме реферата, проиллюстрировав схемами, диаграммами, фотографиями и рисунками.

Тексты контрольных работ и рефератов должны быть изложены внятно, простым и ясным языком.

При ответе на экзамене необходимо: продумать и четко изложить материал; дать определение основных понятий; дать краткое описание явлений; привести примеры. Ответ следует иллюстрировать схемами, рисунками и графиками.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ