

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: Мухамбеталиева Айсу Сабировна
 Должность: Ведущий специалист отдела МКО
 Дата подписания: 24.03.2024 09:40:41
 Уникальный программный ключ:
 a704735d5ef2b8c074250c71fd1f1621051fd8e1

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Рабочая программа дисциплины Обучение служением

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 с оценкой 1

аудиторные занятия

19

самостоятельная работа

125

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Практические	10	10	10	10
Индивидуальные занятия	1	1	1	1
Итого ауд.	19	19	19	19
Контактная работа	19	19	19	19
Сам. работа	125	125	125	125
Итого	144	144	144	144

Автор (ы) программы:

к.ю.н., Доц., Дружков Сергей Николаевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Основы российской государственности
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Подготовка к защите и защита выпускной квалификационной работы
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена
2.2.3	Государственное и муниципальное управление и контроль в сфере спорта

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-1.1: Осуществляет анализ ситуации в реальных социальных условиях для выявления актуальной социально-значимой задачи/проблемы, требующей решения

Знать:

знает методы анализа ситуации в реальных социальных условиях для выявления актуальной социально-значимой задачи/проблемы, требующей решения

Владеть:

владеет навыками анализа ситуации в реальных социальных условиях для выявления актуальной социально-значимой задачи/проблемы, требующей решения

УК-1.2: Производит постановку проблемы путем фиксации ее содержания, выявления субъекта проблемы, а также всех заинтересованных сторон в данной ситуации

Знать:

знает способы постановки проблемы путем фиксации ее содержания, выявления субъекта проблемы, а также всех заинтересованных сторон в данной ситуации

Уметь:

умеет фиксировать содержание проблемы и выявлять ее субъектов

УК-1.3: Определяет требования и ожидания заинтересованных сторон с учетом социального контекста

Уметь:

умеет определять требования и ожидания заинтересованных сторон с учетом социального контекста

Владеть:

владеет навыками анализа требований и ожиданий заинтересованных сторон с учетом социального контекста

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений

УК-2.1: Вырабатывает гипотезу решения в целях реализации проекта в условиях ресурсных, нормативных и этических ограничений, регулярного проведения рефлексивных мероприятий для развития гражданской ответственности и профессионализма участников проекта

Знать:

знает ресурсные, нормативные и этические ограничения при реализации проекта

Уметь:

умеет вырабатывать гипотезу в целях реализации проекта в условиях ресурсных, нормативных и этических ограничений

Владеть:

владеет навыками регулярного проведения рефлексивных мероприятий для развития гражданской ответственности и профессионализма участников проекта

УК-2.2: Разрабатывает паспорт проекта с учетом компетенций студенческой команды, имеющихся ресурсов, а также самоопределения участников проекта по отношению к решаемой проблеме

Знать:

знает содержание паспорта проекта с учетом компетенций студенческой команды, имеющихся ресурсов, а также самоопределения участников проекта по отношению к решаемой проблеме

Уметь:

умеет разрабатывать паспорт проекта с учетом компетенций студенческой команды, имеющихся ресурсов, а также самоопределения участников проекта по отношению к решаемой проблеме

Владеть:

владеет навыками самоопределения участников проекта по отношению к решаемой проблеме

УК-2.3:Целенаправленно использует академические знания и умения для достижения целей социально-ориентированного проекта и общественного развития

Знать:
знает теоретические основы формирования социально-ориентированного проекта

Уметь:
умеет достигать целей социально-ориентированного проекта и общественного развития

Владеть:
владеет навыками использования академических знаний для достижения целей социально-ориентированного проекта и общественного развития

УК-3: Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде

УК-3.1:Определяет свою позицию по отношению к поставленной в проекте проблеме, осознанно выбирает свою роль в команде

Уметь:
умеет определять свою позицию по отношению к поставленной в проекте проблеме, осознанно выбирать свою роль в команде

УК-3.2:Проявляет в своем поведении способность к совместной проектной деятельности на благо общества, отдельных сообществ и граждан

Уметь:
умеет проявлять в своем поведении способность к совместной проектной деятельности на благо общества, отдельных сообществ и граждан

Владеть:
владеет навыками совместной проектной деятельности на благо общества, отдельных сообществ и граждан

УК-3.3:Учитывает в рамках реализации проекта социальный контекст и действует с учетом своей роли в команде для достижения целей общественного развития

Уметь:
умеет учитывать в рамках реализации проекта социальный контекст и действует с учетом своей роли в команде для достижения целей общественного развития

УК-3.4:Анализирует возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе, и с учетом этого строит продуктивное взаимодействие

Уметь:
умеет анализировать возможные последствия личных действий в социальном взаимодействии и командной работе

Владеть:
владеет навыками продуктивного взаимодействия в командной работе

УК-5: Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-5.1:Выражает свою гражданскую идентичность – принадлежность к государству, обществу, культурному и языковому пространству страны, осознает принятие на себя ответственности за будущее страны

Знать:
знает историю государства, общества, культурное и языковое пространство страны

Уметь:
умеет выражать свою гражданскую идентичность, принадлежность к государству, обществу, культурному и языковому пространству страны, брать на себя ответственность за будущее страны

УК-5.2:Выражает приверженность традиционным российским ценностям, проявляет активную гражданскую позицию и гражданскую солидарность

Знать:
знает традиционные российские ценности

Уметь:
умеет выражать приверженность традиционным российским ценностям,

Владеть:
владеет навыками проявления активной гражданской позиции и гражданской солидарности

УК-5.3:Эффективно применяет рефлексивные практики для осмысления результатов и присвоения опыта реализации социально-ориентированных проектов; осознания взаимосвязей между академическими знаниями, гражданственности и позитивными социальными изменениями

Знать:
знает рефлексивные практики для осмысления результатов и присвоения опыта реализации социально-ориентированных проектов

Уметь:

умеет видеть связь между академическими знаниями, гражданственности и позитивными социальными изменениями

Владеть:

владеет навыками применения рефлексивных практик для осмысления результатов и присвоения опыта реализации социально-ориентированных проектов

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	Введение в социальное проектирование /Тема/	1	0				
1.2	Введение в социальное проектирование /Лек/	1	2	УК-5.1-31 УК-5.2-31 УК-5.3-31 УК-1.1-31 УК-1.2-31 УК-2.1-31 УК-2.2-31 УК-2.3-31			
1.3	1. Социально-ориентированные НКО и специфика взаимодействия с ними. 2. Социальный проект и особенности социально-ориентированного проектирования. 3. Выявление актуальных социальных проблем и разработка социального проекта 4. Ресурсное обеспечение социального проекта 5.5. Планирование социального проекта: методы реализации, инструменты проектной деятельности и ожидаемые результаты /Пр/	1	4	УК-5.1-У1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-У1 УК-1.1-В1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-У1 УК-3.4-В1			
1.4	Анализ ситуации и постановка проблемы /Тема/	1	0				
1.5	Анализ ситуации и постановка проблемы /Лек/	1	2	УК-5.1-31 УК-5.3-31 УК-1.1-31 УК-1.2-31 УК-2.1-31			
1.6	Изучение контекста. Идентификация проблемы. Сбор данных и анализ. Взаимодействие с заинтересованными сторонами. . Постановка проблемы. /Пр/	1	2	УК-5.1-31 УК-5.1-У1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-У1 УК-1.1-В1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-У1			
1.7	Выработка гипотезы проектного решения и ее проверка /Тема/	1	0				
1.8	Выработка гипотезы проектного решения и ее проверка /Лек/	1	2	УК-5.1-31 УК-5.2-31 УК-5.3-31 УК-1.1-31 УК-1.2-31 УК-2.1-31			

1.9	Создание гипотезы. Планирование эксперимента. Реализация и оценка. Анализ и заключение. /Пр/	1	2	УК-5.1-У1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-У1 УК-1.1-В1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-У1 УК-3.4-В1			
1.10	Разработка и защита паспорта проекта /Тема/	1	0				
1.11	Разработка и защита паспорта проекта /Лек/	1	2	УК-5.1-З1 УК-5.2-З1 УК-5.3-З1 УК-1.1-З1 УК-1.2-З1 УК-2.1-З1			
1.12	Определение общих целей. Выработка описания проекта. . Определение задач и плана работы. /Пр/	1	2	УК-5.1-У1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-У1 УК-1.1-В1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-У1 УК-3.4-В1			
1.13	Подведение итогов и рефлексия деятельности. Анализ выполненных целей.. Оценка достигнутых результатов. Рефлексия и уроки, извлеченные из проекта. Оценка собственного вклада. Обратная связь и рекомендации. /ИЗ/	1	1	УК-5.1-З1 УК-5.1-У1 УК-5.2-З1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-З1 УК-5.3-У1 УК-1.1-З1 УК-1.1-В1 УК-1.2-З1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-З1 УК-2.1-У1 УК-3.4-В1			
1.14	Реализация общественного проекта. Прототипирование. Разработка и реализация. Тестирование и улучшение. Оценка. Составление отчета по проекту. /Ср/	1	125	УК-5.1-З1 УК-5.1-У1 УК-5.2-З1 УК-5.2-У1 УК-5.2-В1 УК-5.3-З1 УК-5.3-У1 УК-1.1-З1 УК-1.1-В1 УК-1.2-З1 УК-1.2-У1 УК-1.3-У1 УК-1.3-В1 УК-2.1-З1 УК-2.1-У1 УК-3.4-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для собеседования (устного опроса)

1. Волонтерство и его роль в системе социокультурных институтов современного российского общества.
2. Роль волонтерского движения в истории России
3. Взаимодействие волонтеров с социально ориентированными НКО
4. Способы построения конструктивного общения (взаимодействия) волонтеров и волонтерских объединений с представителями органов власти и различных социальных групп.
2. Волонтерство и теория и практика гражданского общества
3. Социальная кооперация и конкуренция
1. Социальная кооперация и конкуренция
2. Особенности волонтерской деятельности по профилактике наркозависимости, табакокурения, употребления ПАВ.
3. Управление рисками в работе с волонтерами и волонтерскими организациями

Практические работы

Кейс 1. Вводная информация. Ресурсный Центр обратился с предложением активно поучаствовать в организации общегородской волонтерской акции ко Дню Победы «Поздравь ветерана», которая проводилась во всех крупных парках в период с 01 по 05 мая 2019 года, взяв на кураторство два парка в центре. Волонтеры должны работать 5 дней с 01 по 05 мая 2019 года по 3 часа, в каждом парке в команде должно быть не менее 10 человек.

С 05 по 07 мая будет проводиться сортировка и вычитка посланий, с последующим вручением ветеранам в Домах ветеранов.

Атрибутика, открытки, ручки, планшеты выдаются.

Задача волонтеров: привлечь как можно больше жителей, гуляющих в парке, к подписанию поздравительных открыток ветеранам войны. Эти открытки затем будут отправлены в Дома ветеранов города и страны. Статистика по работе волонтеров показала следующие итоги по посещению волонтеров: 1 мая: 20 человек. 2 мая: 16 человек. 3 мая: 15 человек. 4 мая: 10 человек. 5 мая: 12 человек.

Задание: подготовить программу мотивации волонтеров, учитывая внешние угрозы в будущем.

Кейс 2. Вводная информация. Культурный центр «Н» пригласил волонтеров на обслуживание Культурного форума–2019 с 22 марта — 25 марта 2019 года. (В рамках форума более 500 учреждений культуры российского и мирового значения представили свои лучшие работы). Необходимое количество волонтеров: 20 человек.

Функционал: встреча гостей, навигация, работа на площадках форума.

Мотивация волонтеров: грамоты, экипировка остается у волонтеров. Предоставляемые сервисы волонтерам от организаторов: питание 2 раза в день. Время работы волонтеров: продолжительность одной смены-16 часов.

В итоге на 4 день работы выставки на работу вышло только 10 волонтеров. В ходе изучения ситуации выяснилось: что во второй и третий день выставки были зафиксированы случаи грубого отношения супервайзеров направлений сопровождения делегаций и парковки к волонтерам; к концу рабочей смены волонтеры оставались голодными; был выявлен случай, когда супервайзеры направления потоков зрителей дали задание волонтерам перенести со склада во вспомогательный зал выставки тяжелые упаковки книг для библиотеки форума, 20- литровые бутылки с питьевой водой для обеспечения питьевого режима на площадках манежа.

Задание: разработать меры по повышению мотивации волонтеров

Кейс 3. Вы являетесь координатором волонтеров в Вашем волонтерском объединении. В своей работе Вам приходится сталкиваться со следующими непредвиденными ситуациями. Как Вы себя поведете в этих случаях?

1. Организаторы мероприятия обратились к Вашим волонтерам, ответственным за встречу и регистрацию гостей, убрать в помещении перед началом проведения мероприятия (подмести полы, протереть пыль, отмыть стойку регистрации).
2. Организаторы мероприятия отказались предоставить волонтерам питание при 8- часовом рабочем дне.
3. Волонтерам было дано задание встретить очень важных гостей рано утром, а автобус для встречи делегации не приехал.
4. Организаторы забыли выдать Вам новую программу мероприятия, и волонтеры предоставляют гостям неактуальную информацию. О том, что организаторы в последний момент переделали программу, Вы узнаете случайно незадолго до начала концерта.
5. Вы с волонтерами приходите в помещение, где проходит мероприятие, и выясняете, что в нем одновременно проходит два мероприятия.
6. Мероприятие перенеслось на следующий день, а организаторы забыли Вас об этом предупредить. Волонтеры уже приехали на место, у них нет возможности работать в другой день.
7. Вам нужно срочно решить очень важный организационный вопрос, но Вы потеряли лицо, ответственное за работу с волонтерами на мероприятии.
8. Для работы на мероприятии одновременно привезли волонтеров двух волонтерских объединений и поставили их работать на одну функцию. Каждое волонтерское объединение работает по своей системе, и волонтеры никак не могут найти общий язык друг с другом.
9. Незадолго до начала мероприятия потерялся ребенок, и волонтеров попросили его найти. При этом волонтерам нужно заниматься встречей и регистрацией гостей.
10. Половина волонтеров попали в пробку и не могут вовремя приехать на мероприятие.

Тестовые задания

появилось социальное явление – добровольчество?

- a. конец 19 века
- b. 50-е годы 20 века
- c. 80-е годы 20 века

2. Первые российские некоммерческие благотворительные организации получили именование?

- a. волонтерские
- b. неформальные
- c. социальные

3. Когда в Россию пришло понятие «волонтер»?

- a. 1990-е годы
- b. 2000-е годы
- c. 19 век

4. В каком году в России благотворительность законодательно признана правовым видом деятельности?

- a. 1997
- b. 2001
- c. 1995

Какой год Организация Объединенных Наций объявила Годом Добровольцев?

- a. 2000
- b. 2009
- c. 2001

10. Отметьте страны, в которых не развивается добровольческое движение?

- a. Россия
- b. США
- c. Япония
- d. Италия
- e. Франция
- f. нет таких стран

11. Добровольцы – это... (продолжите определение)

- a. граждане с доброй волей
- b. граждане, осуществляющие благотворительную деятельность в форме безвозмездного труда
- c. городские сумасшедшие
- d. граждане, добровольно идущие на косметические опыты

12. Что такое United Way of America?

- a. благотворительный фонд, созданный как общая касса благотворительных организаций Америки
- b. крупный коммерческий банк
- c. международная благотворительная организация

13. Главные задачи Национального центра волонтерской работы в Великобритании?

- a. развитие добровольчества
 - b. реализация социальных проектов
 - c. представление волонтерского движения в государственных и коммерческих структурах, а также на политическом и международном уровнях.
- участники международных волонтерских лагерей?

14. Получают ли заработную плату участники международных волонтерских лагерей?

- a. Да
- b. Нет

15. ДОО – это...

- a. добровольческие организации общественников
- b. добавочные общественные органы
- c. детские общественные объединения

16. Можно ли поставить знак равенства между словами волонтер и доброволец?

- a. Да
- b. Нет

17. Какие плюсы получают участники международных волонтерских лагерей?

- a. бесплатное питание и проживание
- b. заработную плату
- c. трудоустройство за границей
- d. интенсивную языковую практику

5.2. Темы письменных работ

Темы рефератов

1. Предмет, цели и задачи учебной дисциплины «Обучение служением».
2. Понятие НКО, СО НКО, НКО (на конкретных примерах).
3. Организационно-правовые формы НКО (на конкретных примерах).
4. Количественные характеристики сектора негосударственных некоммерческих организаций в России.

5. Примеры добровольных объединений граждан в истории России.
6. Примеры форм добровольных объединений граждан за рубежом.
7. Волонтерство как практика гражданского общества: понятие и явление.
8. Исторические корни добровольческой деятельности в России.
9. Современные формы и направления волонтерской деятельности в России.
10. Современные формы и направления волонтерской деятельности в мире.
11. Масштабы участия современных россиян в волонтерской деятельности.
12. Примеры развития волонтерских практик в наши дни за рубежом.
13. Нормативно-правовое регулирование деятельности НКО, включая социально ориентированные организации.
14. Нормативно-правовая база добровольчества (волонтерства) в России.
15. Основные направления государственной политики в области содействия развитию институтов гражданского общества, в том числе добровольчества (волонтерства) и СОНКО.
16. Формы государственной поддержки добровольчества (волонтерства) и СОНКО.
17. Инфраструктура развития волонтерской деятельности и СОНКО в России.
18. Организационные структуры НКО в России и мире.
19. Виды, уровни и органы управления в НКО.
20. Особенности функционирования СОНКО, отличия от государственных организаций и коммерческих компаний.
21. Виды ресурсов СОНКО, ресурсы как объект управления
22. Фандрайзинг: определение, методы и формы.
23. Технологии взаимодействия волонтерских объединений с частными и корпоративными донорами.
24. Проблемы прозрачности и доступности информации о СОНКО.
25. Отчетность в НКО: требования, особенности.
26. Лидерство в НКО, роль руководителей в НКО.
27. Дизайн-мышление как метод совместной деятельности с добровольцами (волонтерами) и представителями СОНКО: суть и возможности применения.
28. Задачи и технологии взаимодействия с СОНКО, включая содействие укреплению их роли как поставщиков услуг в социальной сфере, организаторов волонтерской деятельности, внедрению инноваций.
29. Мотивирование волонтеров и сотрудников СОНКО.
30. Подходы к решению проблемы эмоционального и психологического выгорания
31. Управление рисками в работе с СОНКО и волонтерами.
32. Разработка и принятие управленческих решений в сфере взаимодействия с СОНКО и волонтерами.
33. Технология продвижения результатов совместной деятельности с СОНКО и волонтерами.
34. Технологии взаимодействия с бизнес-организациями и корпоративными донорами.
35. Методики измерения экономической, коммерческой и бюджетной эффективности.
36. Нормативное регулирование оценки социально ориентированных проектов.
37. Инструменты оценки социальной эффективности.
38. Оценка проектов СОНКО: подходы и ограничения.
39. Оценка эффективности деятельности СОНКО: методы и возможности применения.
40. Оценка эффективности волонтерской деятельности: методы и границы применения.
41. Система оценки вклада добровольчества в валовый внутренний продукт страны.
42. Методы оценки волонтерского труда.
43. Специфика организации корпоративного волонтерства.
44. Принципы организации деятельности волонтерских центров образовательных организаций высшего образования.
45. Место оценки волонтерской деятельности в менеджменте НКО.
46. Отраслевые направления развития добровольчества.
47. Добровольчество в системе здравоохранения и социального обслуживания.
48. Добровольчество в образовании и культуре.
49. Добровольчество в сфере физической культуры и спорта.
50. Добровольчество в сфере охраны природы, предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
51. Правила поведения по отношению к представителям иных конфессиональных, социальных, этнических и культурных групп в жизни и волонтерской деятельности.
52. Роль волонтерской деятельности в процессе саморазвития и самореализации.
53. Основные методы, формы и средства взаимодействия в коллективе и направления его работы на общий результат.
54. Правила разработки организационной и функционально-штатной структуры и локальных нормативных актов, касающихся организации волонтерской деятельности.

5.3. Фонд оценочных средств

Проект (командная работа)

Темы проектов "Обучение служением" связаны с решением реальных социальных задач с использованием профильных знаний, например, создание цифровых помощников для НКО, разработка инклюзивных игровых площадок, организация профориентации для детей-сирот, создание образовательных материалов по экологии, помощь пожилым людям через IT-навыки, разработка социальных маршрутов и многое другое, что объединяет академические знания с практической пользой для общества, опираясь на партнерство с некоммерческими организациями и государством.

Примеры тем по направлениям:

1. Социальная сфера и НКО:

Разработка сайта/приложения для местной НКО (например, для координации волонтеров, информирования о помощи).

Создание информационных материалов (буклеты, видео) о социальной проблеме (например, домашнее насилие, поддержка людей с ОВЗ).

Организация мероприятий для детей из детских домов или приютов с использованием профильных знаний (мастер-классы, спортивные игры).

2. Экология и устойчивое развитие:

Проект по раздельному сбору отходов в университете или районе: создание системы, информирование, мониторинг.

Разработка экологического квеста или интерактивной игры для школьников.

Создание «зеленой» зоны или вертикального огорода на территории учебного заведения.

3. Цифровые технологии и IT:

Создание обучающих видеоуроков или курсов для пожилых людей по использованию гаджетов.

Разработка чат-бота для психологической поддержки или первой помощи.

Проектирование доступного интерфейса сайта для людей с нарушениями зрения/слуха.

4. Здоровье и спорт:

Разработка программ адаптивной физической культуры для людей с ОВЗ.

Проект по пропаганде здорового образа жизни среди студентов/школьников.

Организация спортивных соревнований для детей из социально-незащищенных семей.

5. Образование и просвещение:

Проведение профориентационных встреч для старшеклассников или студентов младших курсов.

Создание интерактивных уроков по истории или культуре региона для школьников.

Разработка методических материалов для учителей по инклюзивному образованию.

Алгоритм создания проекта:

1. Определите социальную проблему: Что беспокоит вас, ваше сообщество, регион?

2. Найдите партнера: НКО, школа, центр социальной помощи, местная администрация, которые нуждаются в помощи.

3. Соотнесите с вашими знаниями: Как ваши учебные навыки (IT, маркетинг, педагогика, инженерия, юриспруденция) могут помочь в решении этой проблемы?.

4. Сформулируйте проект: Что конкретно вы создадите (продукт, мероприятие, услугу), чтобы решить проблему?.

5.4. Перечень видов оценочных средств

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 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. 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.

3. 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.

4. Проектная 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 в процессе реализации социально значимого проекта.

5. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: защита проекта

Защита проекта служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призвана выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной проектной социально значимой работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Защита проекта проводится в форме представления отчета результатов реализованного проекта.

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

Основная литература

1. Обучение служением [Текст] : методическое пособие / под редакцией О.В. Решетникова, С.В. Тетерского}. - М. : АБЦ, 2020. - 216 с
2. Организация добровольческой (волонтерской) деятельности и взаимодействие с социально ориентированными НКО [Текст] : учебник / отв. ред. И.В. Мерсиянова}. - М. : НИУ ВШЭ, 2022. - 246 с.
3. Волонтерство в спорте [Текст] / Р. Хойя, Г. Кускелли, К. Олд, П. Каппелидес}. - М. : ООО "Издательство "Национальное образование", 2020. - 304 с.
4. Певная, М. В. Управление волонтерством: международный опыт и локальные практики : монография / М. В. Певная ; под научной редакцией Г. Е. Зборовского. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 433 с. — (Актуальные монографии). — URL : <https://urait.ru/bcode/515779>
5. Фирсов, М. В. Теория социальной работы : учебник для бакалавров / М. В. Фирсов, Е. Г. Студенова. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 455 с.
6. Борщевский, Г. А. Государственная служба : учебник и практикум для вузов / Г. А. Борщевский. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 305 с.

Дополнительная литература

7. Социальная педагогика : учебник и практикум для вузов / В. С. Торохтий [и др.] ; под общей редакцией В. С. Торохтия. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 453 с.
8. Государственная служба Российской Федерации. Тесты и кейсы : учебное пособие для вузов / В. Н. Грязнова [и др.] ; ответственный редактор Л. В. Фотина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 104 с.
9. Технология социальной работы : учебник для вузов / Л. И. Кононова [и др.] ; ответственные редакторы Л. И. Кононова, Е. И. Холостова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 506 с. — (Высшее образование). — URL : <https://urait.ru/bcode/530763>
10. Событийное волонтерство : учебник для вузов / М. А. Мазниченко [и др.] ; под общей редакцией М. А. Мазниченко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 155 с. — (Высшее образование). — URL : <https://urait.ru/bcode/519918>
11. Лобазова, О. Ф. Социальная работа: предупреждение и преодоление культовой зависимости : учебное пособие для вузов / О. Ф. Лобазова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 180 с. — (Высшее образование). - URL : <https://urait.ru/bcode/517126>
12. Лобазова, О. Ф. Социальная помощь жертвам культов: практическое пособие / О. Ф. Лобазова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 180 с.

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

1. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения 01.02.2019). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
2. Министерство просвещения Российской Федерации : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: (<https://edu.gov.ru/>) (дата обращения 01.02.2019).
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : сайт. – Москва, 2005. – Текст: электронный. . – URL: <http://window.edu.ru> (дата обращения: 08.02.2019).
4. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: <http://minsport.tatarstan.ru> (дата обращения: 08.03.2019).
5. Министерство спорта РФ: официальный сайт. – Москва, 2008. – Текст: электронный. – URL: <http://minstm.gov.ru> (дата обращения: 08.03.2019).
- 6.. 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 11.02.2019). – Режим доступа для авторизованных пользователей ПГАФКСИТ.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	
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.
7.13	B202С - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.
7.15	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.20	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.21	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.22	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.23	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.24	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.25	D217А - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.26	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.27	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.29	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.

7.31	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	E303 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.33	E304 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.34	E305 (потоковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.35	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.36	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.37	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.38	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.39	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.40	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.41	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.42	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.43	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.45	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.46	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.47	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.49	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
7.50	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.51	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
7.52	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), 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. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает 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 включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

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.

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.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы 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 все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на

консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, 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

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 и выполнения различного вида самостоятельных работ. 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, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета 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.

Рекомендации по работе с литературой

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

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

Главная задача преподавателя – мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает 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.

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



Рабочая программа дисциплины **Основы российской государственности**

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 1

аудиторные занятия

35

самостоятельная работа

37

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	18	18	18	18
Индивидуальные занятия	1	1	1	1
Итого ауд.	35	35	35	35
Контактная работа	35	35	35	35
Сам. работа	37	37	37	37
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к.соц.н., Доц., Щигорцова Елена Сергеевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель дисциплины «Основы российской государственности» — сформировать у студентов целостное представление о России как уникальной цивилизации, воспитать патриотизм и гражданственность, развить критическое мышление и понимание основ российского права и политики, а также показать ценность исторического пути страны, ее самобытности и роли в современном мире, чтобы выпускник осознавал свою сопричастность и ответственность. Курс охватывает историю, культуру, политическое устройство, мировоззренческие основы и современные вызовы, формируя духовно-нравственный фундамент для активной гражданской позиции.

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:	
2.2.1	Философия	
2.2.2	Правоведение	
2.2.3	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.4	История физической культуры	
2.2.5	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-5: Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-5.4: Демонстрирует толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям

Знать:
знает историческое наследие и культурные традиции

Уметь:
умеет демонстрировать толерантное восприятие социальных и культурных различий, уважительное и бережное отношение к историческому наследию и культурным традициям

УК-5.5: Находит и использует необходимую для саморазвития и взаимодействия с другими людьми информацию о культурных особенностях и традициях различных социальных групп

Знать:
знает культурные особенности и традиции различных социальных групп

Владеть:
владеет навыками поиска информации о культурных особенностях и традициях различных социальных групп

УК-5.6: Проявляет в своём поведении уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп, опирающееся на знание этапов исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира

Знать:
знает этапы исторического развития России в контексте мировой истории и культурных традиций мира

Уметь:
умеет проявлять уважительное отношение к историческому наследию и социокультурным традициям различных социальных групп

УК-5.7: Сознательно выбирает ценностные ориентиры и гражданскую позицию; аргументировано обсуждает и решает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера

Знать:
знает проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера

Уметь:
умеет решать проблемы мировоззренческого, общественного и личностного характера

Владеть:
владеет навыками выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции

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	Тема 1. Что такое Россия /Тема/	1	0				
1.2	1. Что такое Россия /Лек/	1	2	УК-5.4-31 УК-5.5-31 УК-5.7-31			
1.3	Культура народов России /Лек/	1	2	УК-5.6-31 УК-5.7-31			
1.4	Проект Моя малая родина /Пр/	1	6	УК-5.7-31 УК-5.7-У1 УК-5.7-В1			
1.5	Тема 2. Российское государство- цивилизация /Тема/	1	0				
1.6	Российское государство- цивилизация /Лек/	1	4	УК-5.7-У1 УК-5.7-В1			
1.7	Цивилизационный подход: возможности и ограничения. Исторические, географические, институциональные основания формирования российской цивилизации. Концептуализация понятия «цивилизация» (вне идей стадийного детерминизма). Цивилизация и культура. Типы и виды цивилизаций. Плюсы и минусы цивилизационного подхода в общественно-гуманитарном знании. Особенности цивилизационного развития России: история многонационального (наднационального) характера общества, перехода от имперской организации к федеративной. Межцивилизационный диалог за пределами России и внутри неё. Философское осмысление России как цивилизации. Роль и миссия России в работах различных отечественных и зарубежных философов, историков, политиков, деятелей науки и культуры. Труды А.С. Хомякова, Н.Я. Данилевского, К.Н. Леонтьева, В.И. Ламанского, П.Н. Савицкого, Л.Н. Гумилева, А.С. Панарина, В.Л. Цымбурского, А.В. Коротаева, Ф. Гизо, А. Тойнби, О. Шпенглера, Ф. Конечного, С. Хантингтона, У. Макнила и других). Представление конкурирующих научных парадигм: формационного подхода, национализма, социального конструкционизма. Поздние идеи Савицкого и Гумилева («евразийство»), Цымбурского («остров Россия»), У. Макнила («восхождение Запада») и С. Хантингтона («столкновение цивилизаций»). Понятия «национального государства», «государства-нации» и «государства-цивилизации».	1	4	УК-5.7-У1 УК-5.7-В1			
1.8	Тема 3. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации /Тема/	1	0				

1.9	Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации /Лек/	1	2	УК-5.7-У1 УК-5.7-В1			
1.10	Мировоззрение и идентичность. Мировоззрение и его значение для человека, общества, государства. Понятие «мировоззрение». Теория вопроса и смежные научные концепты. Мировоззрение как функциональная система. Мировоззренческая система российской цивилизации. Культурологические и социологические концепты в мировоззренческой системе российской цивилизации: «культура» и «культурный код», «традиция», «ментальность» («менталитет»), «идеология» и «идентичность». Мировоззренческие принципы (константы) российской цивилизации. Актуальная модель пятиэлементной «системной модели мировоззрения»: человек, семья, общество, государство и страна. Социологические данные и связи, которые объединяют между собой различные позиции «системной модели мировоззрения». Актуальное российское мировоззрение через призму достоверных социологических замеров и политических исследований. Ценностные вызовы современной российской действительности. Вызов человеку и гражданину Российской Федерации. Вызов российской семье. Вызов российскому обществу и государству. Вызов России как стране. Позитивные и негативные стороны современного российского мировоззрения. /Пр/	1	2	УК-5.7-У1 УК-5.7-В1			
1.11	Тема 4. Политическое устройство России /Тема/	1	0				
1.12	Политическое устройство России /Лек/	1	4	УК-5.7-В1			
1.13	Конституционные принципы и разделение властей. Российские государственные и общественные институты. Особенности современного российского политического класса. Основы конституционного строя Российской Федерации. Принцип разделения властей и механизмы его реализации в Российской Федерации. Публичная и государственная власть в Российской Федерации. Единство системы публичной власти в Российской Федерации. /Пр/	1	4	УК-5.7-В1			
1.14	Тема 5. Вызовы будущего и развитие страны /Тема/	1	0				
1.15	Вызовы будущего и развитие страны /Лек/	1	2	УК-5.6-31 УК-5.7-В1			

1.16	Статистика национальных проектов, государственных программ и инициатив социально-экономического развития Российской Федерации. Роль национальных проектов, государственных программ и инициатив социально-экономического развития в достижении национальных целей развития Российской Федерации. /Пр/	1	2	УК-5.7-31 УК-5.7-B1			
	Раздел 2. Индивидуальное занятие (ИЗ)						
2.1	ИЗ /Тема/	1	0				
2.2	Проект Моя малая родина /ИЗ/	1	1	УК-5.5-31 УК-5.5-B1 УК-5.6-31			
2.3	Самостоятельная работа /Ср/	1	37	УК-5.5-B1 УК-5.6-31 УК-5.6-У1 УК-5.7-31 УК-5.7-У1 УК-5.7-B1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Тема 1. Что такое Россия

1. Какие прилагательные вы бы использовали для характеристики России? Какие смыслы вы вкладываете в эту качественную характеристику? Сравните свой ответ с ответами однокурсников.
2. Выделите наиболее выдающиеся, с вашей точки зрения, природные и рукотворные объекты всей России либо своего федерального округа.
3. Составьте перечень 10 наиболее выдающихся, на ваш взгляд, изобретений и технологических прорывов России, обогативших мировую цивилизацию за последние столетия.
4. Охарактеризуйте климатические условия и природно-ресурсный потенциал региона (субъекта Российской Федерации) (на Ваш выбор). Что можно считать конкурентными преимуществами данного региона (субъекта Российской Федерации) и какие отрасли определяют его специализацию?
5. Что вы знаете о героях, символике и брендах своего региона?
6. Какие объекты вы бы внесли на интерактивную карту своего населенного пункта, города или региона?
7. Решите ситуационную задачу, определив ключевую задачу своего населенного пункта, города или региона и предложив пути ее решения.

Примерный тест к теме 1:

1. В каком веке Прокопий Кесарийский упоминает о славянах и повествует об их обычаях?
 - а) IV век нашей эры;
 - б) VI век нашей эры;
 - в) VIII век нашей эры;
 - г) VII век нашей эры.
2. Какой из древнерусских князей одержал победу над Византией?
 - а) Олег;
 - б) Святослав;
 - в) Ольга;
 - г) Владимир Красно Солнышко.
3. День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на Чудском озере:
 - а) 31 мая 1223 г.;
 - б) 4 марта 1238 г.;
 - в) 15 июля 1240 г.;
 - г) 5 апреля 1242 г.
4. Князь, одержавший победу над монголо-татарами в стоянии на реке Угре:
 - а) Иван III;
 - б) Иван Грозный;
 - в) Иван Калита;

г) Дмитрий Иванович.

5. Какое место в мире Российская Федерация занимает по разведанным запасам алмазов?

- а) второе;
- б) четвертое;
- в) восемнадцатое;
- г) первое.

6. Какова доля Российской Федерации в мировых запасах природного газа?

- а) 10–12%;
- б) 15,7%;
- в) 23,3%;
- г) 32%.

7. Сколько субъектов имеет в своем составе Российская Федерация?

- а) 89;
- б) 85;
- в) 84;
- г) 82.

8. Кто стал первой женщиной, удостоенной звания Героя Советского Союза во время Великой Отечественной войны за отвагу и героизм, проявленные в партизанской борьбе?

- а) Надежда Волкова;
- б) Зоя Космодемьянская;
- в) Екатерина Барышникова;
- г) Лиза Чайкина.

9. Кто является автором музыки марша «Прощание славянки»?

- а) Василий Агапкин;
- б) Петр Чайковский;
- в) Ян Френкель;
- г) Давид Тухманов.

10. Кто из известных людей ввел классификацию героев на разновидности: воин-защитник, воин-завоеватель, воин-солдат, воин-царь, воин-полководец и другие?

- а) А.В. Суворов;
- б) Н.И. Вавилов;
- в) И.Л. Викеньев;
- г) А.В. Луначарский.

11. День Героев Отечества отмечается в России:

- а) 10 мая;
- б) 9 декабря;
- в) 9 сентября;
- г) 3 марта.

12. В каком сражении, согласно распространенной в литературе точке зрения, появилась фраза «русские не сдаются»?

- а) Бородинское сражение (1812);
- б) Оборона Севастополя (1854–1855);
- в) Оборона крепости Осовец (1915);
- г) Штурм Берлина (1945).

13. Кому приписывают фразу: «У России есть только два союзника – ее армия и флот»?

- а) император Александр III;
- б) И.В. Сталин;
- в) император Николай I;
- г) Ю.В. Андропов.

14. Какой святой считается покровителем России?

- а) Святой Николай Чудотворец;
- б) Апостол Андрей Первозванный;
- в) Святой Георгий Победоносец;
- г) Архангел Михаил.

15. Какая из крепостей прославилась героической обороной в начале Великой Отечественной войны и надписью «Я умираю, но не сдаюсь! Прощай, Родина», сделанной в казармах войск НКВД СССР?

- а) Крепость Осовец;

- б) Гродненская крепость;
- в) Познанская крепость;
- г) Брестская крепость.

16. Назовите океаны, омывающие Россию:

- а) Тихий, Атлантический;
- б) Индийский, Тихий, Атлантический;
- в) Тихий, Северный Ледовитый, Атлантический;
- г) Северный Ледовитый, Атлантический.

17. Верховным Главнокомандующим в годы Великой Отечественной войны был:

- а) И.В. Сталин;
- б) К.Е. Ворошилов;
- в) Г.К. Жуков;
- г) Л.З. Мехлис.

18. Кто совершил первый в истории человечества выход в открытый космос?

- а) Алексей Леонов;
- б) Павел Попович;
- в) Герман Титов;
- г) Валентина Терешкова.

19. В каком году был запущен первый искусственный спутник Земли?

- а) 1948;
- б) 1953;
- в) 1957;
- г) 1960.

20. Кто является автором произведения «Молодая гвардия»?

- а) Михаил Шолохов;
- б) Василий Шукшин;
- в) Александр Твардовский;
- г) Александр Фадеев.

Тема 2. Российское государство-цивилизация

1. Как вы объясните общее и особенное в понятиях «государственность» и «государство»?
2. Как соотносятся понятия «государство-цивилизация» и «государство-нация»?
3. Как вы понимаете термин «столкновение» цивилизаций?
4. Что такое базовые принципы (константы) цивилизации?
5. Какие особенности имеет Россия как государство-цивилизация?
6. В чем заключаются особенности российской цивилизационной идентичности?
7. На основе прочитанной литературы сформулируйте свое понимание традиционных духовно-нравственных ценностей.

Примерный тест к теме 2:

1. Какие из определений относятся к термину «цивилизация»?
 - а) устойчивая общность людей, объединенных духовными традициями, сходным образом жизни, географическими и историческими рамками;
 - б) исторический тип социально-экономического развития общества на основе определенного способа производства материальных благ;
 - в) стадия развития человеческого общества, достигшего определенного уровня социальности;
 - г) стадия развития культурно-исторического типа.
2. Кто является автором формационного подхода?
 - а) К. Маркс;
 - б) В. Ленин;
 - в) И. Сталин;
 - г) Л. Морган.
3. Кто является основоположником цивилизационного подхода?
 - а) Г. Рюккерт;
 - б) И. Гердер;
 - в) Н. Данилевский;
 - г) О. Шпенглер.
4. Кто является автором понятия «псевдоморфоза»?

- а) Л. Гумилев;
- б) О. Шпенглер;
- в) К. Леонтьев;
- г) В. Цымбурский.

5. Кто является автором теории «вызова-ответа» развития локальных цивилизаций?

- а) К. Леонтьев;
- б) П. Сорокин;
- в) Ш. Эйзенштадт;
- г) А. Тойнби.

6. Кто является автором теории «конфликта цивилизаций»?

- а) Ф. Ратцель;
- б) К. Хаусхофер;
- в) С. Хантингтон;
- г) З. Бжезинский.

7. Кто является автором понятия «лимитроф»?

- а) П. Савицкий;
- б) В. Цымбурский;
- в) П. Семенов-Тянь-Шанский;
- г) Н. Трубецкой.

8. Кто является автором понятия «месторазвитие»?

- а) П. Савицкий;
- б) А. Хомяков;
- в) И. Ильин;
- г) Г. Вернадский.

9. Кто является автором концепции России как «острова»?

- а) Л. Гумилев;
- б) Х. Маккиндер;
- в) В. Ламанский;
- г) В. Цымбурский.

10. Кто определял историю локальных цивилизаций как историю формирования коллективной идентичности?

- а) Ф. Бродель;
- б) П. Сорокин;
- в) Ш. Эйзенштадт;
- г) А. Тойнби.

11. Что из перечисленного является основанием отличия «государства-цивилизации» от «государства-нации»?

- а) имперская форма существования в истории;
- б) стремление к унификации укладов локальных групп;
- в) наличие уникальной «сакральной вертикали» как особого комплекса ценностей и смыслов;
- г) опора на категорию суверенитета, а не авторитета.

12. Факторы прогнозируемых С. Хантингтоном в конце XX века конфликтов цивилизаций:

- а) заносчивость Запада;
- б) синская самоуверенность;
- в) нетерпимость ислама;
- г) все три фактора.

13. Приведите примеры исторических конфликтов между коллективным Западом и российским государством-цивилизацией:

- а) Крестовый поход XIII в.;
- б) Ливонская война;
- в) Отечественная война 1812 г.;
- г) Великая Отечественная война.

14. Кто является автором концепции коммунитаризма?

- а) А. Хомяков;
- б) Н. Бердяев;
- в) В. Вернадский;
- г) В. Соловьев.

15. Кто является автором концепции солидаризма?

- а) А. Хомяков;

- б) Н. Бердяев;
- в) И. Ильин;
- г) А. Панарин.

16. Кто из представленных авторов является приверженцем социально-конструктивистского подхода к феномену нации?

- а) Б. Андерсон;
- б) В. Тишков;
- в) Э. Паин;
- г) все варианты верны.

17. Кто из представленных авторов является основателем социального конструкционизма в общественных науках?

- а) П. Бергер;
- б) Н. Луман;
- в) Э. Геллнер;
- г) Т. Лукман.

18. В работах каких ученых появился термин «цивилизация»?

- а) Вольтер, Тюрго, Мирабо;
- б) Монтескье, Руссо;
- в) Кант, Гегель;
- г) Тойнби, Бродель, Хантингтон.

19. Когда появился термин «локальная цивилизация»?

- а) в XVII в.;
- б) в XIX в.;
- в) в XX в.;
- г) в XXI в.

20. Когда появился термин «государство-цивилизация»?

- а) в XVI в.;
- б) в XIX в.;
- в) в XX в.;
- г) в XXI в.

Тема 3. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации

1. На основе прочитанной литературы сформулируйте свое отношение к роли идеологии в обществе и государстве.
2. Как соотносятся понятия «мировоззрение» и «цивилизационная идентичность»?
3. Объясните на конкретных исторических примерах, как вы понимаете особенности российской мировоззренческой традиции.
4. Раскройте на примерах из разных периодов в истории России ценностные принципы (константы) российской цивилизации.
5. Приведите известные вам из истории примеры, раскрывающие базовые факторы российской государственности: Человек. Семья. Общество. Государство. Страна. Обсудите примеры и ответы в группе.
6. На основе предшествующих знаний, личного опыта и прочитанной литературы предложите наиболее яркие национальные символы, идеи, нормы, практики и ритуалы / артефакты, связанные с каждым из пяти (или с одним на выбор) основных элементов: Человек. Семья. Общество. Государство. Страна. Обсудите результаты в малых группах, а затем представьте в учебной группе.
7. На основе обращения к сайту Российского общества «Знание» предложите фильм (фильмы, сюжеты) для просмотра и обсуждения в группе.

Примерные тесты к теме 3:

1. Какие из определений относятся к термину «мировоззрение»?

- а) совокупность проявлений духа в мире и человеке;
- б) свойство личности, жизнедеятельность которой проходит в полном противоречии с законами природы, общества и нравственными догматами веры;
- в) система взглядов человека на мир, на самого себя и свое место в этом мире;
- г) множество элементов, находящихся в отношениях и связях друг с другом, которое образует определенную целостность, единство.

2. Кто является автором мир-системной теории?

- а) К. Маркс и Ф. Энгельс;
- б) М. Хоркхаймер и Т. Адорно;
- в) И. Валлерстайн;
- г) Ф. Фукуяма.

3. Ценностный подход – это:

- а) синоним аксиологии;
 - б) духовная и практическая деятельность по исследованию ценностей как понятия, выявлению ценностей в разных проявлениях бытия (материально-вещественном, ментальном, языковом) и оценке степени их воплощения;
 - в) исследование надындивидуальных сущностей особого рода, бытие которых подчинено законам, отличным от законов бытия материального мира;
 - г) верны все определения.
4. Ключевые принципы арабо-мусульманской (исламской) логики культуры:
- а) процессуальность;
 - б) ритуальность;
 - в) субстанциональность;
 - г) единство корня.
5. Мировоззрение отличается от мифа тем, что:
- а) имеет рефлексивный характер;
 - б) имеет целостный (системный) характер;
 - в) мировоззрение является более общим понятием, которое может включать в себя мифологическую составляющую;
 - г) мировоззрение является частным понятием по отношению к мифологической картине мира.
6. Мировоззрение отличается от идентичности тем, что:
- а) имеет рефлексивный характер;
 - б) может иметь иррациональный характер;
 - в) имеет целостный (системный) характер;
 - д) идентичность имеет внутренний и внешний (приписываемый) уровень.
7. Идентичность –
- а) это самоотождествление индивида с неким образцом;
 - б) формируется и трансформируется в процессе социального взаимодействия;
 - в) может иметь множественный характер;
 - г) как правило, остается неизменной на протяжении всей жизни индивида.
8. Идентичность может быть:
- а) индивидуальная;
 - б) коллективная;
 - в) групповая;
 - г) протестная.
9. Соотнесите термин и определение:
- а) культура;
 - б) культурный код;
 - в) традиция;
 - г) идеология.
- 1) это набор характеристик, образов и устойчивых представлений, доставшихся народу от предков, которые понятны каждому. Он помогает понимать поведенческие реакции и определяет народную психологию. Это своего рода ключ к пониманию культуры народов, их уникальных особенностей;
 - 2) это сложившиеся в обществе модели поведения, которые передаются из поколения в поколение и связаны с историей народа или государства;
 - 3) все то, что создается человеком и при этом само создает человека, производит сам феномен человечности;
 - 4) система концептуально оформленных идей, которая выражает интересы, мировоззрение и идеалы различных субъектов политики – классов, наций, общества, политических партий, общественных движений.
10. Миф – это:
- а) это обращение к прошлому (какому-либо историческому событию, сказаниям о деяниях исторических героев и т.п.);
 - б) вечное настоящее;
 - в) то, что создает почву для возникновения символов и ритуалов, которые в соответствующих социальных и политических обстоятельствах приобретают для людей огромное значение;
 - г) то, что строит некую схему, использование которой необходимо для политических целей.
11. Выделите основные исторические типы мировоззрения:
- а) философское;
 - б) мифологическое;
 - в) гуманистическое;
 - г) материалистическое.
12. Рационализм в вопросах терпимости предполагает:
- а) сохранение религиозной и культурной специфики;
 - б) аккультурацию;

- в) ассимиляцию;
- г) гражданскую инкорпорацию.

13. Универсализм в вопросах терпимости предполагает:

- а) сохранение религиозной и культурной специфики;
- б) аккультурацию;
- в) ассимиляцию;
- г) гражданскую инкорпорацию.

14. Утилитаризм в вопросах терпимости предполагает:

- а) сохранение религиозной и культурной специфики;
- б) аккультурацию;
- в) ассимиляцию;
- г) гражданскую инкорпорацию.

15. Мультикультурализм в вопросах терпимости предполагает:

- а) сохранение религиозной и культурной специфики;
- б) аккультурацию;
- в) ассимиляцию;
- г) гражданскую инкорпорацию.

16. Какие исторические вызовы были характерны для российской цивилизации:

- а) обширные пространства, не имеющие естественных границ;
- б) суровый климат, короткий вегетационный период;
- в) перманентная военная опасность;
- г) угроза поглощения иной цивилизацией.

17. Системная модель мировоззрения включает в себя:

- а) человека;
- б) семью;
- в) страну;
- г) государство;
- д) общество.

18. Перечислите базовые ценности (константы) российской цивилизации и российского общества:

- а) единство многообразия;
- б) сила и ответственность;
- в) согласие и сотрудничество;
- г) любовь и доверие;
- д) созидание и развитие.

19. Символы советской политики – это:

- а) серп и молот;
- б) памятник тысячелетия Руси;
- в) Родина-мать;
- г) мавзолей Ленина.

20. Кто ввел в употребление термин «ценность»?

- а) Г. Лотце;
- б) В. Виндельбанд;
- в) Г. Коген;
- г) Г. Риккерт.

Тема 4. Политическое устройство России

1. Какие формы государственного устройства и формы правления в истории российской государственности вам известны?

2. Как вы объясните конституционно-правовой смысл понятия «многонациональный народ Российской Федерации»?

3. Храмы каких религиозных конфессий находятся в вашем городе или населенном пункте? Являются ли они действующими в настоящее время?

4. Приведите примеры национальных проектов и государственных программ Российской Федерации. В чем их значение для страны в целом и для вашего региона?

5. Деловая игра, например модель законодательного процесса в вашем регионе; составление и обсуждение обращения в органы государственной власти.

6. Какие формы гражданского участия и общественного контроля вам известны? В чем вы лично участвовали или планируете участвовать?

7. Какие органы местного самоуправления действуют в вашем регионе и городе (населенном пункте)? На какой

срок они избраны и когда состоятся следующие выборы?

Примерные тесты к теме 4:

1. Равнозначны ли наименования Российская Федерация и Россия согласно действующему законодательству?

- а. да;
- б. нет;
- в. зависит от контекста;
- г. может быть.

2. Когда была принята действующая Конституция Российской Федерации?

- а. 2020 год;
- б. 2003 год;
- в. 1993 год;
- г. 1992 год.

3. Укажите конституционные характеристики российского государства согласно действующему законодательству:

- а. демократическое государство;
- б. правовое государство;
- в. социальное государство;
- г. светское государство.

4. Понятие «суверенитета» как признака государства было введено в науку:

- а. Ж. Боденом;
- б. Аристотелем;
- в. Ш.Л. Монтескье;
- г. Гегелем.

4. Носителем суверенитета и единственным источником власти в Российской Федерации является ее ...

- а. многонациональный народ;
- б. многоконфессиональный народ;
- в. традиционный народ;
- г. культурный народ.

5. Российская Федерация – ... государство, политика которого направлена на создание условий, обеспечивающих достойную жизнь и свободное развитие человека.

- а. социальное;
- б. федеративное;
- в. унитарное;
- г. светское.

6. Выберите правильное суждение:

- а. основные права и свободы человека неотчуждаемы и принадлежат каждому от рождения;
- б. основные права и свободы человека неотчуждаемы и принадлежат каждому с момента достижения восемнадцати лет;
- в. основные права и свободы человека неотчуждаемы и принадлежат каждому по решению суда;
- г. основные права и свободы человека отчуждаемы и принадлежат каждому от рождения.

7. Гражданин Российской Федерации имеет право ..., ..., ... в референдуме независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, имущественного и должностного положения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным объединениям, а также других обстоятельств.

- а. избирать, быть избранным, участвовать;
- б. голосовать, быть избранным, участвовать;
- в. избирать, быть назначенным, участвовать;
- г. назначать, быть избранным, участвовать.

8. Что не входит в состав Российской Федерации согласно действующему законодательству:

- а. автономные города;
- б. республики;
- в. города регионального значения;
- г. автономные округа.

9. На каких уровнях осуществляется государственная власть в Российской Федерации согласно действующему законодательству:

- а. федеральный уровень;
- б. уровень субъектов Российской Федерации;
- в. международный уровень;
- г. муниципальный уровень.

10. Государственная власть в Российской Федерации осуществляется на основе разделения на ...
а. законодательную, судебную, исполнительную;
б. президентскую, законодательную, исполнительную, судебную;
в. законодательную, судебную, президентскую;
г. Россия – светское государство, никакая религия не может быть признана в качестве государственной.
11. Стратегия развития – это ... направление развития.
а. долгосрочное;
б. среднесрочное;
в. краткосрочное;
г. годовое.
12. Стратегическое управление как научное направление и разновидность менеджмента начало формироваться во второй половине ... века.
а. 20;
б. 19;
в. 16;
г. 17.
13. Государственный плановый комитет СССР (Госплан) был создан в ... году.
а. 1921;
б. 1940;
в. 1928;
г. 1978.
14. Совет при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам является ... органом.
а. совещательным;
б. ключевым;
в. стратегическим;
г. организационным.
15. В настоящее время установлены ... целевых показателей, характеризующих достижение национальных целей развития России на период до 2030 года.
а. 25;
б. 20;
в. 35;
г. 15.
16. Национальные проекты структурно состоят из ...
а. федеральных проектов;
б. государственных программ;
в. общественных инициатив;
г. национальных идей.
17. Региональный проект – проект, обеспечивающий достижение целей, показателей и результатов ...
а. федерального проекта;
б. национального проекта;
в. межрегионального проекта;
г. государственного проекта.
18. Руководителем национального проекта является ...
а. руководитель федерального органа исполнительной власти, руководство деятельностью которого осуществляет Правительство Российской Федерации;
б. Президент Российской Федерации;
в. Председатель Правительства Российской Федерации;
г. Назначенный Правительством Российской Федерации эксперт.
19. По каждой госпрограмме назначены кураторы из числа заместителей Председателя Правительства Российской Федерации и утверждены ...
а. управляющие советы;
б. координационные советы;
в. административные советы;
г. общественные советы.
20. Утверждается ли нормативным правовым актом паспорт госпрограммы?
а. да;
б. нет;

- в. по решению Председателя Правительства Российской Федерации;
- г. по решению Президента Российской Федерации.

Тема 5. Вызовы будущего и развитие страны

1. Назовите ключевые глобальные вызовы в XXI веке.
2. Какие факторы окажутся ключевыми при решении глобальных вызовов в перспективе будущего?
3. Как прошлое России определяет ее будущее?
4. Приведите исторические примеры, когда Россия решала глобальные вызовы.
5. В каких сферах Россия имеет перспективы выхода на лидерские позиции в будущем?
6. Какую роль играет система стратегического планирования в формировании образа будущего России?
7. Как видите идеальный образ будущего для России?

Примерные тесты к теме 5:

1. К основным глобальным вызовам XXI века относятся:
 - а. рост платежеспособности населения планеты;
 - б. решение вопросов продовольственной безопасности;
 - в. уменьшение уровня технологического неравенства;
 - г. нехватка пресной воды.
2. Выделите основные категории глобальных рисков.
 - а. экономические;
 - б. геополитические;
 - в. социальные;
 - г. технологические.
3. Влияет ли потеря государством суверенитета на его цивилизационное развитие?
 - а. да;
 - б. нет;
 - в. зависит от контекста;
 - г. иногда.
4. В произведении какого автора содержится следующий текст: «Через фильмы, романы и телевидение нам усиленно навязывают культ дружбы. Но в реальности мне за всю жизнь так и не довелось наблюдать ни одного случая настоящей дружбы. То, что у нас называют дружбой, есть лишь сообщничество в каком-то деле. Дружбу в старом смысле у нас заменяют отношения предпочтения и вынужденность общения с более или менее устойчивыми партнерами».
 - а) Зиновьев А.А.;
 - б) Пешков А.М.;
 - в) Солженицын А.И.;
 - г) Набоков В.В.
5. Кто является автором фразы: «Поэтому ничего лучше правильного воспитания не придумаешь! Это требует большой работы, проделывать которую пока никто не рвётся. Но если мы не будем задумываться над этой проблемой серьёзно, человечество придёт к краху, первые симптомы которого уже наблюдаются в общественном сознании».
 - а) Капица С.П.;
 - б) Пушкин А.С.;
 - в) Ленин В.И.;
 - г) Тютчев Ф.И.
6. В произведении какого автора содержится следующий текст: «Прежде всего человек должен любить свою землю, любить во всех ее противоречиях, с ее грехами и недостатками. Без любви к своей земле человек бессилен что-нибудь сотворить, бессилен овладеть землей».
 - а) Бердяев Н.А.;
 - б) Достоевский Ф.М.;
 - в) Леонтьев К.Н.;
 - г) Лосев А.Ф.
7. Кому принадлежит следующая цитата: «Русскому народу приходилось решать задачи, требующие особой стратегии. Цивилизационная промежуточность требовала универсалистской восприимчивости; тяготы пространства и времени, истории и географии требовали нередко предельной мобилизации духа, способного справиться и с вызовами сурового климата, и с вызовами воинственных соседей».
 - а) Панарин А.С.;
 - б) Тойнби А.Дж.;
 - в) Бродель Ф.;
 - г) Вебер М.
8. Согласно Стратегии национальной безопасности Российской Федерации, ее национальными интересами на современном этапе являются:
 - а) защита конституционного строя, суверенитета, независимости, государственной и территориальной целостности

Российской Федерации, укрепление обороны страны;

б) сбережение народа России, развитие человеческого потенциала, повышение качества жизни и благосостояния граждан;

в) охрана окружающей среды за пределами территории Российской Федерации;

г) поддержание гражданского мира и согласия в стране, укрепление законности, искоренение коррупции, защита граждан и всех форм собственности от противоправных посягательств, развитие механизмов взаимодействия государства и гражданского общества.

9. Согласно Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации, наиболее значимыми с точки зрения научно-технологического развития большими вызовами являются:

а) исчерпание возможностей экономического роста России;

б) снижение антропогенных нагрузок на окружающую среду;

в) отсутствие необходимости эффективного освоения и использования пространства;

г) демографический переход, обусловленный увеличением продолжительности жизни людей, изменением их образа жизни, и связанное с этим старение населения.

10. Научно-технологическое развитие Российской Федерации может осуществляться по двум альтернативным сценариям:

а) импорт технологий и фрагментарное развитие исследований и разработок, интегрированных в мировую науку, но занимающих в ней подчиненные позиции;

б) слепое копирование технологий, а также исследований и разработок, интегрированных в мировую науку;

в) лидерство по избранным направлениям научно-технологического развития в рамках как традиционных, так и новых рынков технологий, продуктов и услуг и построение целостной национальной инновационной системы;

г) сохранение текущего уровня научно-технологического развития.

11. К основным проблемам пространственного развития Российской Федерации относятся:

а) высокий уровень межрегионального социально-экономического неравенства;

б) высокий уровень комфортности городской среды в большинстве городов;

в) высокий уровень предпринимательской активности в большинстве малых и средних городов;

г) возрастание демографической нагрузки на трудоспособное население в большинстве субъектов Российской Федерации.

12. Кем утверждается план реализации Стратегии пространственного развития Российской Федерации?

а) Президентом Российской Федерации;

б) Правительством Российской Федерации;

в) Администрацией Президента Российской Федерации;

г) Министром экономического развития Российской Федерации.

13. К принципам пространственного развития Российской Федерации относятся:

а) обеспечение территориальной целостности, единства правового и экономического пространства Российской Федерации;

б) обеспечение разных возможностей для реализации конституционных прав и свобод граждан Российской Федерации на всей территории Российской Федерации;

в) комплексный подход к социально-экономическому развитию территорий;

г) учет этнокультурного фактора при обеспечении социально-экономического развития субъектов Российской Федерации.

14. Ожидаемыми результатами реализации Стратегии противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года являются:

а) сокращение количества экстремистских угроз в Российской Федерации;

б) недопущение распространения экстремистских материалов в средствах массовой информации и сети «Интернет»;

в) инертное участие институтов гражданского общества в профилактике и предупреждении экстремистских проявлений;

г) формирование в обществе, особенно среди молодежи, атмосферы нетерпимости к экстремистской деятельности, неприятия экстремистской идеологии.

15. Согласно Стратегии комплексной безопасности детей, в Российской Федерации на период до 2030 года основными направлениями реализации государственной политики в сфере обеспечения безопасности детей являются:

а) развитие современной безопасной инфраструктуры для детей;

б) профилактика преступлений, совершаемых несовершеннолетними и в отношении них;

в) формирование закрытой информационной среды для детей;

г) укрепление института семьи, сохранение и поддержка традиционных российских духовно-нравственных, в том числе семейных, ценностей.

16. Согласно Стратегии экологической безопасности Российской Федерации на период до 2025 года, к глобальным вызовам экологической безопасности относятся:

а) последствия изменения климата на планете;

- б) увеличение биологического разнообразия;
- в) негативные последствия ухудшения состояния окружающей среды;
- г) снижение потребления природных ресурсов при сокращении их запасов.

17. Согласно Концепции внешней политики Российской Федерации, система международных отношений должна основываться на следующих принципах:

- а) суверенное равенство государств;
- б) приятие гегемонии в международных делах;
- в) вмешательство во внутренние дела;
- г) многообразие культур, цивилизаций и моделей организации общества, опора на единый для всех мировых традиционных религий и светских этических систем духовно-нравственный ориентир.

18. Согласно Концепции развития научно-популярного туризма в Российской Федерации на период до 2035 года, ... – важная сфера человеческой жизни, которая отвечает потребностям общества и помогает справляться с глобальными вызовами.

- а) наука;
- б) образование;
- в) спорт;
- г) музыка.

19. В Стратегии развития агропромышленного и рыбохозяйственного комплексов Российской Федерации на период до 2030 года к внутренним факторам риска, влияющим на данный сектор экономики, относятся:

- а) высокий уровень покупательной способности населения;
- б) неудовлетворительная динамика обновления логистической инфраструктуры;
- в) недостаточность финансирования отечественной отраслевой науки;
- г) достаточная обеспеченность высококвалифицированными кадрами.

20. ... – совокупность формальных и неформальных институтов, явлений и факторов, влияющих на сохранение, производство, трансляцию и распространение духовных ценностей (этических, эстетических, интеллектуальных, гражданских и т.д.).

- а) культура;
- б) образование;
- в) общество;
- г) безопасность.

Практические занятия

Тема 1. Что такое Россия

1. Территория и географическое положение России.
2. Особенности климата современной России.
3. Природные ресурсы России.
4. Роль природно-климатического фактора в развитии России.
5. Изменение географического положения России после распада СССР.
6. Транспортная система России как фактор развития внутреннего экономического пространства и выхода на мировые рынки.
7. Экологические вызовы России.

Тема 2. Российское государство-цивилизация

1. Тематика «цивилизаций» в научной литературе.
2. Понятие «цивилизация».
3. Преимущества и недостатки цивилизационного подхода.
4. Подходы к истории развития человечества, альтернативные цивилизационному.
5. Типология цивилизаций.
6. Закономерности развития (или упадка) цивилизаций.
7. «Столкновение» цивилизаций.

Тема 3. Российское мировоззрение и ценности российской цивилизации

1. Мировоззрение: этимология и понятие.
2. Основные структурные компоненты мировоззрения.
3. Основные исторические типы мировоззрения.
4. Мировоззрение и миф.
5. Мировоззрение и идентичность.
6. Концепции идентичности.

7. Мировоззрение и цивилизационная идентичность, их связь с ценностными константами.

Тема 4. Политическое устройство России

1. Власть: понятие, признаки, функции, методы и формы.
2. Публичная и государственная власть в Российской Федерации.
3. Единство системы публичной власти в Российской Федерации.
4. Государственная власть: понятие, признаки, виды, структура, формы осуществления.
5. Конституционные принципы организации государственной власти в Российской Федерации.
6. Взаимосвязь политической системы общества и государственной власти.
7. Понятие легитимности и способы легитимизации государственной власти.

Тема 5. Вызовы будущего и развитие страны

1. Ключевые глобальные и цивилизационные вызовы XXI века.
2. Глобальные и цивилизационные вызовы устойчивому развитию Российской Федерации в XXI веке.
3. Роль Российской Федерации в решении глобальных и цивилизационных вызовов в XXI веке.
4. Исторические примеры решения Россией глобальных и цивилизационных вызовов.
5. Механизмы и инструменты Российской Федерации в области реагирования на глобальные и цивилизационные вызовы.
6. Ценностные принципы (константы) российской цивилизации, способствующие решению ее глобальных и цивилизационных вызовов.
7. Партнеры Российской Федерации в контексте решения глобальных и цивилизационных вызовов.

5.2. Темы письменных работ

Проектная работа - МОЯ МАЛАЯ РОДИНА

Презентация на тему «Моя малая родина», обязательно должно быть отражено отношение к семейным ценностям и традициям на примере семьи участника конкурса (моя семья, семейные традиции и ценности).

Цель работы – формирование гражданственности и патриотизма у студентов через изучение истории и этнокультурных традиций своей Малой родины.

формирование системы знаний, навыков и компетенций, а также ценностей, правил и норм поведения, связанных с осознанием принадлежности к российскому обществу;
формирование фундамента развитой и цельной личности, сопрягающей личное достоинство и успех с общественным прогрессом и политической стабильностью своей Родины;
повышение мотивации к изучению истории своей малой родины;
сохранение культурного наследия и традиций родного края;
развитие чувства ответственности за будущее своей страны и народа;
формирование уважительного отношения к традиционным семейным ценностям.

5.3. Фонд оценочных средств

Вопросы к зачету

1. Современная Россия: ключевые социально-экономические параметры.
2. Территория и географическое положение России.
3. Особенности климата современной России.
4. Природные ресурсы России.
5. Роль природно-климатического фактора в развитии России.
6. Изменение географического положения России после распада СССР.
7. Транспортная система России как фактор развития внутреннего экономического пространства и выхода на мировые рынки.
8. Территориальные особенности состава населения России.
9. Расселение и заселенность территории России.
10. Проблемы внешней и внутренней миграции населения в современной России.
11. Региональные особенности социально-экономического развития России.
12. Туристско-рекреационные и особые экономические зоны России.
13. Роль регионов в развитии российского государства.
14. Федеративное устройство Российской Федерации.
15. Роль геополитического фактора и внешних угроз в истории России.
16. Военные и внешнеполитические вызовы и победы России в историческом контексте и в настоящем времени.
17. Социально-политические вызовы России в историческом контексте и в настоящем времени.
18. Культурные вызовы и достижения России в историческом контексте и в настоящем времени.
19. Технологические вызовы и победы России.
20. Духовные вызовы и победы России в историческом контексте и в настоящем времени.
21. Выдающиеся герои России.
22. Символы и образы России.

23. Политика памяти в России.
24. Соотношение национально-образующих героических мифов и легенд с реальными историческими фактами.
25. Искажение исторического прошлого как технология подрыва государственного суверенитета.
26. Десакрализация героического прошлого России как когнитивное оружие в «войнах памяти».
27. Преимущества и недостатки цивилизационного подхода.
28. Понятие «цивилизация» в истории, философии и культуре.
29. Подходы к истории развития человечества, альтернативные цивилизационному.
30. «Столкновения» цивилизаций.
31. Государство-цивилизация и государство-нация.
32. Российское государство-цивилизация и его отличие от других цивилизаций.
33. Исторические формы российского государства-цивилизации.
34. Ценностные принципы (константы) цивилизации.
35. Базовые ценностные принципы (константы) российской цивилизации.
36. Традиционные духовно-нравственные ценности.
37. Традиционализм российского государства-цивилизации.
38. Мировоззрение: этимология и понятие.
39. Основные структурные компоненты мировоззрения.
40. Основные исторические типы мировоззрения.
41. Мировоззрение и миф.
42. Мировоззрение и культура.
43. Иерархия человеческих потребностей и ее отображение в мировоззрении.
44. Концепции идентичности.
45. Мировоззрение и цивилизационная идентичность, их связь с ценностными константами.
46. Системная модель мировоззрения («человек – семья – общество – государство – страна»).
47. Роль и миссия России в представлении отечественных мыслителей.
48. Власть: понятие, признаки, функции, методы и формы.
49. Публичная и государственная власть в Российской Федерации.
50. Единство системы публичной власти в Российской Федерации.
51. Государственная власть: понятие, признаки, виды, структура, формы осуществления.
52. Конституционные принципы организации государственной власти в Российской Федерации.
53. Взаимосвязь политической системы общества и государственной власти.
54. Понятие легитимности и способы легитимизации государственной власти.
55. Понятие основ конституционного строя в Российской Федерации.
56. Принцип разделения властей и механизмы его реализации в Российской Федерации.
57. Характеристика ветвей государственной власти в Российской Федерации и государственных органов, не входящих в систему разделения властей.
58. Сочетание единства системы государственной власти с принципом разделения властей в Российской Федерации.
59. Роль Конституционного суда Российской Федерации в национальной системе разделения властей.
60. Конституционная модель разграничения предметов ведения между Российской Федерацией и субъектами Российской Федерации.
61. Президент Российской Федерации в системе органов государственной власти.
62. Стратегическое планирование в системе государственного управления.
63. Стратегическое планирование и стратегическое управление в Российской Федерации.
64. Роль Федерального закона от 28 июня 2014 г. № 172-ФЗ «О стратегическом планировании в Российской Федерации» в развитии российской модели стратегического планирования.
65. Основные цели государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации.
66. Виды документов стратегического планирования, разрабатываемые на федеральном уровне, на уровне субъекта Российской Федерации и на уровне муниципального образования Российской Федерации.
67. Совет при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, его задачи и функции: общая характеристика.
68. Общая характеристика государственных программ, национальных проектов и инициатив социально-экономического развития в Российской Федерации.
69. Конституционно-правовые основы гражданского общества в Российской Федерации.
70. Основные формы участия граждан в управлении делами государства.
71. Ключевые институты гражданского общества в России.
72. Взаимодействие единой системы публичной власти с институтами гражданского общества на современном этапе.
73. Формы государственной поддержки развития институтов гражданского общества в России.
74. Добровольчество (волонтерство), его роль в развитии институтов гражданского общества в России.
75. Общественный контроль в Российской Федерации.
76. Ключевые глобальные и цивилизационные вызовы XXI века.
77. Глобальные и цивилизационные вызовы устойчивому развитию Российской Федерации в XXI веке.
78. Роль Российской Федерации в решении глобальных и цивилизационных вызовов в XXI веке.
79. Механизмы и инструменты Российской Федерации в области реагирования на глобальные и цивилизационные вызовы.
80. Ценностные принципы (константы) российской цивилизации, способствующие решению ее глобальных и цивилизационных вызовов.
81. Партнеры Российской Федерации в контексте решения глобальных и цивилизационных вызовов.
82. Ключевые внутренние вызовы общественного развития Российской Федерации.

83. Отечественные мыслители о внутренних вызовах России.
84. Варианты преодоления Россией внутренних вызовов общественного развития.
85. Ключевые внутренние вызовы общественного развития Российской Федерации в XXI веке.
86. Ограничения России при выборе вариантов преодоления внутренних вызовов общественного развития.
87. Российская мировоззренческая идентичность и решение внутренних вызовов в условиях глобальной неопределенности.
88. Роль современной молодежи в преодолении внутренних вызовов общественного развития России.
89. Инструменты управления будущим.
90. Базовые сценарии будущего развития России в XXI веке.
91. Сложности формирования образа будущего России в современных условиях.
92. Отечественные мыслители и образы будущего России.
93. Ценностные принципы (константы), определяющие желаемый образ будущего России.
94. Российское студенчество и желаемый образ будущего России.
95. Стратегическое развитие России и вызовы XXI века.
96. Система стратегического планирования в Российской Федерации.
97. Национальные цели развития Российской Федерации.
98. Государственные программы Российской Федерации как инструмент стратегического развития.
99. Управление национальными проектами в Российской Федерации.
100. Стратегическое развитие Российской Федерации и вызовы будущего: сценарии моделирования.

5.4. Перечень видов оценочных средств

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 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. 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.
3. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: экзамен

Экзамен по дисциплине Философия 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.

Экзамен проводится в форме тестирования по всем темам дисциплины. Тестирование осуществляется в системе дистанционного обучения ПГАФКСиТ. Для проведения экзамена сформирована тестовая база. На экзамене тест из 50 вопросов формируется методом случайного отбора вопросов из тестовой базы. Время решения теста – 45 минут.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: 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

Основная литература

1. Гаджиев, К. С. Сравнительная политология : учебник для вузов / К. С. Гаджиев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 361 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8207-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511160> (дата обращения: 22.06.2023).
2. История [Текст] : сост. Ю.В. Ворожко. - Омск : СиБГУФК, 2021. - 172 с. - (Электронная библиотека СиБГУФКа). - ISBN 978-5-91930-178-3 : Б. ц. История : сост. Ю.В. Ворожко. - Омск : СиБГУФК, 2021. - 172 с. - (Электронная библиотека СиБГУФКа). - ISBN 978-5-91930-178-3. - Текст : электронный.//Электронный каталог библиотеки ПГАФКСиТ. — URL: <https://lib.sportacadem.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Калина, В. Ф. История государства и права России : учебник для вузов / В. Ф. Калина, Г. Ю. Курскова. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 373 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16313-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/530782> (дата обращения: 22.06.2023).
4. Киселева, А. М. Публичные решения : учебное пособие для вузов / А. М. Киселева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 170 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14349-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519801> (дата обращения: 22.06.2023).
5. Михайленко, Е. Б. Регионалистика. Классические и современные подходы : учебное пособие для вузов / Е. Б. Михайленко ; под научной редакцией М. М. Лебедевой. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 116 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09920-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493492> (дата обращения: 22.06.2023).
6. Михайлова, О. В. Сравнительная политология : учебник и практикум для вузов / О. В. Михайлова. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00175-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511287> (дата обращения: 22.06.2023).
7. Пушкарёва, Г. В. Политология : учебник и практикум для вузов / Г. В. Пушкарёва. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 295 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-00235-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511305> (дата обращения: 22.06.2023).
8. Сморгун, Л. В. Сравнительная политология : учебник для вузов / Л. В. Сморгун. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 417 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07463-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511161> (дата обращения: 22.06.2023).
9. Шульгина, Д. П. Культурное и природное наследие России : учебник для вузов / Д. П. Шульгина, О. В. Шульгина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 177 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-10874-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517567> (дата обращения: 22.06.2023).

Дополнительная литература

1. Алексеева, Т. И. Из истории модернизации России [Текст] : учебное пособие / Т. И. Алексеева, Г. Ю. Фан-Юнг. - Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2023. - 174 с. - ISBN 978-5-6049357-5-0 : Б. ц. Алексеева, Т. И. Из истории модернизации России / Т. И. Алексеева, Г. Ю. Фан-Юнг. - Казань : Поволжский ГУФКСиТ, 2023. - 174 с. - ISBN 978-5-6049357-5-0. - Текст : электронный.//Электронный каталог библиотеки ПГУФКСиТ. — URL: <https://lib.sportacadem.ru>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Браславский, Р. Г. Цивилизационная теоретическая перспектива в социологии / Р. Г. Браславский // Социологические исследования. — 2013. — № 2(346). — С. 15-24. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18863676> (для авториз.пользователей)
3. Алексеева, Т. А. Современная политическая мысль (XX–XXI вв.): Политическая теория и международные отношения / Т. А. Алексеева. — 3-е издание, исправленное и дополненное. — Москва : Общество с ограниченной ответственностью Издательство "Аспект Пресс", 2019. — 640 с. — ISBN 978-5-7567-1034-2. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37609136> (для авториз.польз.)
4. Браславский, Р. Г. Эволюция концепции цивилизации в социоисторической науке в конце XVIII - начале XX века / Р. Г. Браславский // Журнал социологии и социальной антропологии. — 2022. — Т. 25, № 2. — С. 49-79. — DOI 10.31119/jssa.2022.25.2.3. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=48654005> (для автриз.польз.)
5. Ледяев, В. Г. Социология власти. Теория и опыт эмпирического исследования власти в городских сообществах / В. Г. Ледяев. — Москва : Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики", 2012. — 472 с. — (Политическая теория). — ISBN 978-5-7598-0909-8. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=27676178> (для автриз.польз.)
6. Мачин, И. Ф. История политических и правовых учений : учебное пособие для вузов / И. Ф. Мачин. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 459 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-03061-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510475> (дата обращения: 22.06.2023).
7. Российское общество: архитектура цивилизационного развития / Р. Г. Браславский, В. В. Галиндабаева, Н. И. Карбаинов [и др.]. — Москва; Санкт-Петербург : Федеральный научно-исследовательский социологический центр Российской академии наук, 2021. — 340 с. — ISBN 978-5-89697-375-1. — DOI 10.19181/monogr.978-5-89697-375-1.2021. — URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=47491813> (для автриз.польз.)
8. Восприятие базовых ценностей, факторов и структур социально-исторического развития России (по материалам исследований и апробации) / А. Д. Харичев, А. Ю. Шутов, А. В. Полосин, Е. Н. Соколова // Журнал политических исследований. —

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)
7.2	
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	
7.10	D106 - Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.11	D107 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.12	D108 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.13	D115 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.14	B202С - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.15	B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.
7.16	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету

7.20	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.21	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.22	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.23	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.24	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.25	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.26	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.27	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.29	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.31	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.32	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.33	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.34	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.35	E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.36	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.37	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.38	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.39	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.40	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.41	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.42	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.43	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.45	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.46	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.47	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.48	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.

7.49	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.50	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
7.51	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.52	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
7.53	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
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. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает 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 включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

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.

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.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы 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 все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.
- Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, 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

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 и выполнения различного вида самостоятельных работ. 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, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета 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.

Рекомендации по работе с литературой

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

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

Главная задача преподавателя — мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает 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.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

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



Рабочая программа дисциплины **История России**

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 с оценкой 2

аудиторные занятия

116

самостоятельная работа

28

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	20	20	20	20	40	40
Практические	38	38	38	38	76	76
Итого ауд.	58	58	58	58	116	116
Контактная работа	58	58	58	58	116	116
Сам. работа	14	14	14	14	28	28
Итого	72	72	72	72	144	144

Автор (ы) программы:

к.пол.н., Доц., Шабалина Юлия Владимировна; к.и.н., Доц., Салимов Алик Мухтарович; к.и.н., Фан-Юнг Герман Юрьевич

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения учебной дисциплины «История России», является: сформировать у студентов комплексное представление о культурно-историческом своеобразии России, ее месте в мировой и европейской истории; дать научное представление об основных этапах и содержания исторического процесса, о теоретических основах и методологии изучения дисциплины; формирование исторического мышления и социальной памяти на основе освоения исторического опыта, накопленного народами нашей страны, способности социальной адаптации будущего выпускника

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:	
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.2	Философия	
2.2.3	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-5: Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах

УК-5.8: Воспринимает историю России в контексте мирового исторического развития и Отечественной самобытности

Знать:

знает основные этапы исторического развития России в контексте мирового исторического развития и Отечественной самобытности

Уметь:

умеет излагать историю России в контексте мирового исторического развития и Отечественной самобытности

УК-5.9: Учитывает при социальном и профессиональном общении историческое наследие различных социальных групп, этносов, конфессий и мировых религий

Знать:

знает историческое наследие различных социальных групп, этносов, конфессий и мировых религий

Уметь:

умеет использовать в социальном и профессиональном общении аргументы, основанные на знании наследия различных социальных групп, этносов, конфессий и мировых религий

Владеть:

владеет навыками использования фактов исторического наследия различных социальных групп, этносов, конфессий и мировых религий

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	Введение /Тема/	1	0				
1.2	Место истории в системе социально-гуманитарных наук. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.3	Основные направления современной исторической науки. Источники по отечественной и всемирной истории (письменные, вещественные, аудиовизуальные и т.д.). Способы и формы получения, анализа и сохранения исторической информации /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.4	Особенности становления государственности в России и в мире /Тема/	1	0				

1.5	Древний Восток. Античный мир. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.6	Восточные славяне: этнокультурные и социально-политические процессы становления и развития государственности. Образование Древнерусского государства . /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.7	Древний Восток. Египет: нильская цивилизация и ее особенности; Месопотамия: от первых городов государств до становления Ассирийской державы. 2. Древний Китай. Китайская цивилизация от времени образования первых государств до крушения империи Хань. Краткий обзор. Древняя Индия. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.8	Античный мир - колыбель европейской цивилизации: Античная Греция: от крито-микенской культуры к эпохе эллинизма; Античный Рим: опыт мировой империи /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.9	Западная Европа, Византия в раннее средневековье: Западная Европа в V - начале XII вв.: от варварских королевств к Священной Римской империи. Византийская империя (IV-XII вв.): государство и общество. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.10	Становление цивилизации Древней Руси: Древние народы, государственные образования на территории России. Восточные славяне: этнокультурные и социально-политические процессы становления и развития государственности: - первые политические объединения восточных славян; - зарождение древнерусской государственности и норманны. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.11	Древнерусское (Киевское) государство (середина IX-XII вв.): от укрепления власти киевских князей к политическому распаду: Образование Древнерусского государства и политика первых киевских князей. Древняя Русь при Владимире Святом и Ярославе Мудром: основные направления внутренней и внешней политики. Политический распад и формирование моделей древнерусского общества и государства. - Культура Древней Руси. Древнерусские летописи. Значение принятия Христианства для Руси /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.12	Русские земли в XIII-XV веках и европейское Средневековье /Тема/	1	0				
1.13	Средневековая Европа в XIII-XV вв /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			

1.14	Особенности исторического процесса на Востоке. Золотая Орда. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.15	Феодальная раздробленность на Руси. Москва и Литва - два центра объединения русских земель. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.16	Средневековье как историческая стадия европейской цивилизации. Франкское государство и Священная римская империя. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.17	Средневековье как этап истории Востока. Образование и распад Монгольской державы: причины, ход событий. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.18	Феодальная раздробленность на Руси: модели государственности. Отражение экспансии немецких и шведских рыцарей в Западную и Северо-западную Русь /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.19	Москва - центр объединения русских земель. Этапы объединения русских земель вокруг Москвы. Процесс централизации в законодательном оформлении. Судебник 1497 г. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.20	Великое княжество Литовское и Польско-Литовская уния. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.21	Россия в XVI-XVII веках в контексте развития европейской цивилизации /Тема/	1	0				
1.22	Начало эпохи Нового времени в Европе как особая фаза /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.23	Реформация и ее влияние на развитие Европы. Западная Европа в XVII веке: - революции в Нидерландах и Англии: причины, характер, последствия; - Тридцатилетняя война и ее влияние на европейские государства. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.24	Иван IV Грозный. Смутное время. /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.25	Правление первых Романовых: от сословно-представительной монархии к становлению абсолютизма /Лек/	1	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
1.26	Великие географические открытия: экономические и политические последствия. Реформация католической церкви. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.27	Западная Европа в XVII веке: - революции в Нидерландах и Англии /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.28	Смутное время и роль народного ополчения в сохранении суверенитета страны. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.29	Правление первых Романовых: от сословно-представительной монархии к становлению абсолютизм /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.30	XVII - "бунташный" век. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			

1.31	Земские Соборы. Законодательство XVII века как фактор преодоления Смутного времени. Соборное уложение 1649 г.: юридическое закрепление крепостного права. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.32	Церковный раскол, его социально-политическая сущность и последствия /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.33	Основные направления внешней политики России в XVII в. Становление нового миропорядка. /Пр/	1	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
1.34	Самостоятельная работа /Ср/	1	14	УК-5.8-31 УК-5.8-У1 УК-5.9-31 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
	Раздел 2. Модуль 2.						
2.1	Россия и мир в XVIII-XIX веках: попытки модернизации и промышленный переворот /Тема/	2	0				
2.2	Европа: кризис «старого порядка» и особенности «эпохи Просвещения». /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.3	Россия в XVIII веке. /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.4	Россия в первой половине XIX века. /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.5	Россия во второй половине XIX века. /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.6	Французская революция и ее влияние на политическое и социокультурное развитие европейских государств. Мировое сообщество в XIX веке /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.7	Россия при Петре I : борьба за преобразования /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.8	Российская империя после Петра Великого: «эпоха дворцовых переворотов». Российская империя во второй половине XVIII столетия: эпоха Екатерины Великой. /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.9	Россия при императоре Александре I: правительственный реформизм и внешнеполитические обстоятельства. /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.10	Внутренняя и внешняя политика императора Николая I: содержание и последствия /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.11	Российская империя во второй половине XIX века: - Александр II: крестьянская реформа и преобразования 60-70-х гг.; - внутри- и внешнеполитический курс императора Александра III /Пр/	2	0	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.12	Россия и мир в XX веке /Тема/	2	0				
2.13	Мировое сообщество и Россия в начале XX века /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.14	Великая русская революция и гражданская война /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			

2.15	Европа и Россия: Вторая мировая и Великая Отечественная война: предпосылки, причины, ход событий, итог. Послевоенное мироустройство. /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.16	СССР: от периода могущество до периода распада. /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.17	Начало XX века: промышленный переворот и борьба за передел мира. Развитие капиталистических отношений в России на рубеже XIX-XX веков. Система политических партий в России в начале XX века. Причины, характер и итоги революции 1905-1907 гг. в России /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.18	Первая мировая война (1914-1918 гг.) и Великая Русская революция. /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.19	Мировое сообщество между мировыми войнами /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.20	Великая Отечественная война: основные этапы и события. /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.21	Советский Союз и мировое сообщество в послевоенную эпоху. Формирование биполярной мировой системы /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.22	Советский Союз: от периода могущество до периода распада (1960-90-е гг.) /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.23	Ведущие страны Запада и Востока в постиндустриальную эпоху /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.24	Россия и мир в XXI веке. /Тема/	2	0				
2.25	Мировое экономическое, политическое и культурное пространство: проблемы глобализации /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.26	Российская Федерация на рубеже веков: становление и развитие суверенного государства. Специальная военная операция и проблемы справедливого мироустройства /Лек/	2	2	УК-5.8-31 УК-5.9-31			
2.27	Мировое экономическое, политическое и культурное пространство: проблемы глобализации /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.28	Становление суверенного российского государства на рубеже веков /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.29	Россия в первое десятилетие XXI века: государство и общество /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.30	Внешнеполитический курс: основные приоритеты и их реализация /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.31	Специальная военная операция и проблемы справедливого мироустройства /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.32	Ретроспектива российской истории и будущее российской цивилизации /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			
2.33	Зачет /Пр/	2	2	УК-5.8-У1 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			

2.34	Самостоятельная работа /Ср/	2	14	УК-5.8-31 УК-5.8-У1 УК-5.9-31 УК-5.9-У1 УК-5.9-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для обсуждения

1. История как наука. Методология исторической науки. Исторические источники и научная хронология.
2. Египет: нильская цивилизация и ее особенности.
3. Месопотамия: от первых городов государств до становления Ассирийской державы.
4. Китай: от «эпохи борющихся царств» до крушения империи Хань. Краткий обзор.
5. Древняя Индия от зарождения цивилизации до падения державы Маурьев.
6. Античная Греция: от крито-микенской культуры к эпохе эллинизма.
7. Античный Рим: особенности развития древней цивилизации.
8. Западная Европа в V - начале XII вв.: от варварских королевств к Священной Римской империи.
9. Византийская империя (IV-XII вв.): государство и общество.
10. Возникновение ислама. Арабские завоевания в VII-IX веках и их культурно-историческое значение.
11. Происхождение славян и их расселение на завершающем этапе Великого переселения народов. Восточные, западные, южные славяне и их ближайшие соседи.
12. Исторические условия складывания древнерусской государственности с центрами в Старой Ладогге, Новгороде, Киеве. Научные дискуссии о происхождении государства у восточных славян и современные научные взгляды.
13. Древнерусское государство: от Рюрика до Владимира Мономаха. Внутриполитическое развитие и экономика Руси, внешняя политика.
14. Значение принятия христианства Русью и принятия ислама Волжской Булгарией: общее и особенное.
15. Феодалная раздробленность на Руси и формирование моделей древнерусского общества и государства в XII-XV вв.
16. Европейское «классическое» средневековье IX-XIII вв. Франкское государство и Священная Римская империя: общество, государство.
17. Европейская культура в эпоху Средневековья. Проторенессанс.
18. Древнерусская культура в IX – первой трети XIII веков: характерные черты.
19. Образование державы Чингисхана, направления монгольской экспансии.
20. Нашествие хана Батые и разорение русских земель. Возникновение улуса Джучи («Золотая Орда»).
21. Особенности развития территорий северо-восточной Руси под ордынским игом. Князь Александр Невский как государственный деятель.
22. Процесс объединения русских земель в XIII–XV веках (от князя Даниила Александровича до великого князя Ивана III).
23. Великое княжество Литовское в XIV–XV вв. Грюнвальдская битва. Польско-литовские унии и судьбы западнорусских земель в XIV – XV вв.
24. Особенности культурного развития русских земель в XIII – XV веках.
25. Формирование и развитие государства Тимуридов и Османской империи в XIII–XV веках: последствия их завоеваний.
26. Великие географические открытия и их экономические и политические последствия.
27. Русское централизованное государство в 1533–1598: от начала правления великого князя и царя Ивана IV до смерти царя Фёдора Ивановича: социально-политическое развитие и внешнеполитический курс.
28. Русская культура во II половине XV – XVI веках: краткая характеристика.
29. «Смутное время»: хронология, причины, ход и последствия.
30. Правление первых Романовых: от сословно-представительной монархии к становлению абсолютизма.
31. Реформация и Контрреформация в европейском христианстве, причины и последствия.
32. Революции в Нидерландах и Англии в XVI–XVII веках: причины, характер, последствия.
33. Тридцатилетняя война и Вестфальский мирный договор, их влияние на европейские государства.
34. Россия при императоре Петре I. Экономическая модернизация: развитие производства и торговли, реформирование системы управления, военные реформы.
35. Развитие русской культуры в XVII – I половине XVIII веков: общая характеристика.
36. Российская империя в «эпоху дворцовых переворотов»: внутренняя и внешняя политика.
37. Европа в XVIII веке: «век просвещения» и «просвещённый абсолютизм»: важнейшие политические и экономические доктрины до 1789 года.
38. Российский вариант политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II: противоречивый характер внутриполитического курса.
39. Приоритеты внешней политики Российской империи во второй половине XVIII столетия.
40. Русская культура во II половине XVIII столетия.
41. Великая французская революция и ее влияние на политическое и социокультурное развитие европейских государств.

42. Промышленная революция в Великобритании: причины, ход, последствия.
43. Экономическое и социально-политическое развитие Западной Европы и США в конце XVIII – начале XIX веках.
44. Правление императора Павла I: внутренняя и внешняя политика.
45. Россия при императоре Александре I; правительственный реформизм и внешнеполитические обстоятельства.
46. Внутренняя и внешняя политика императора Николая I: содержание и последствия.
47. Россия в период Великих реформ Александра II: крестьянская реформа и преобразования 1860–70-х гг. Контрреформы и внешнеполитический курс императора Александра III.
48. Внутренняя и внешняя политика России (при императоре Николае II) в конце XIX – начале XX века.
49. Социально-экономическая характеристика ведущих мировых держав в конце XIX века.
50. Особенности экономического и политического развития колониально - зависимых стран в конце XIX – начале XX века.
51. Культура в России XIX – начала XX века. Золотой и Серебряный век русской литературы.
52. Борьба империалистических стран за передел мира в конце XIX – начале XX века.
53. Первая русская революция: причины, характер, хронология, ход событий и итоги.
54. Первая мировая война (1914–1918 гг.): основные военно-политические блоки, театры военных действий.
55. Первая мировая война (1914–1918 гг.): итоги и влияние войны на развитие Европы и мира.
56. Россия в 1914 – 1917 гг.: социально-экономическая и политическая трансформация и крушение империи.
57. Великая российская революция и гражданская война как её этап (1917-1922 гг.): причины, основные этапы, ход событий и итоги. Образование СССР. НЭП.
58. Советская индустриализация и коллективизация. Внутрипартийная борьба и её итоги. Конституция СССР 1936 г. и её значение. Культурное развитие в довоенном СССР.
59. Внешняя политика СССР в 1922–1939 гг. Коминтерн. Переход СССР к мирному сосуществованию с капиталистическим окружением. Попытки СССР создания системы коллективной безопасности в Европе.
60. Мир в 1919–1939 гг. Мировой экономический кризис 1929 г. и «великая депрессия». Версальско-вашингтонская система мироустройства. Нарастание военной опасности.
61. Мир в годы Второй мировой войны: причины и предпосылки. Начальный этап войны с 1939 до 1941 года.
62. Вероломное нападение гитлеровской Германии и её союзников на СССР. Начало Великой Отечественной войны. Причины неудач РККА на начальном этапе Войны. Важнейшие битвы в 1941 – 1942 гг. Начало коренного перелома в войне. Организация государственного управления в годы войны. Советский тыл в годы войны.
63. Нападение Японии на Пёрл-Харбор, колониальные владения европейских держав в Азиатско-Тихоокеанском регионе и Китай. Война в Северной Африке. Создание антигитлеровской коалиции.
64. Коренной перелом в Великой Отечественной войне. Сталинградская и Курская битвы. Ход войны в 1944 – 1945 гг.
65. Война в Атлантике, в Азии и на Тихом океане. Окончательный разгром нацистской Германии в 1945 году. Военное поражение и капитуляция Японии.
66. Итоги Великой Отечественной войны, решающий вклад СССР в победу антигитлеровской коалиции. Людские и материальные потери.
67. Тегеранская, Ялтинская и Потсдамская конференции. Формирование основ ялтинского послевоенного мироустройства. Геополитические изменения в мире после окончания Второй мировой войны, изменения политической карты Европы.
68. Советский Союз в 1945-1953 гг.: восстановление и развитие хозяйства, идеологические кампании и политические репрессии.
69. Ведущие страны Запада и Востока в постиндустриальную эпоху: НТР и её влияние на экономическое и политическое развитие и интеграционные процессы.
70. Советское государство и общество в условиях процесса десталинизации. Хрущевская «оттепель»: достижения и противоречия.
71. Развитие культуры, искусства и спорта в СССР.
72. Советский союз в период «позднего социализма». Л.И. Брежнев: от хозяйственных реформ 60 -х гг., к утере темпов развития и кризису на рубеже 70 - 80 -х гг.
73. Политика «перестройки» и распад СССР, - причины, ход событий, последствия.
74. Мировое экономическое, политическое и культурное пространство XXI века: проблемы глобализации.
75. Российская Федерация на рубеже веков: становление суверенного государства и начало радикальных реформ.
76. Российская Федерация на рубеже веков: политические процессы: власть и общество.
77. Россия в первое десятилетие XXI века: экономическое и социальное развитие.
78. Россия в первое десятилетие XXI века: внутривнутриполитические процессы. Внешнеполитический курс: основные приоритеты и их реализация.
79. Формы и методы экспансии США и их союзников против суверенных государств мира в конце XX – начале XXI века.
80. Начало и ход специальной военной операции на Украине: её причины и цели, вхождение в состав России ДНР, ЛНР, Запорожский и Херсонской областей

Вопросы для промежуточной аттестации

1. Место истории в системе социально-гуманитарных наук. Объект и предмет исторической науки. Методология

исторического познания.

2. Египет: нильская цивилизация и ее особенности.
3. Месопотамия: от первых городов государств до распада Ассирийской державы.
4. Китай: от времени образования первых государств до крушения империи Хань. Краткий обзор.
5. Античная Греция: от крито-микенской культуры к эпохе эллинизма.
6. Античный Рим: опыт мировой империи.
7. Западная Европа в V - начале XII вв.: от варварских королевств к Священной Римской империи.
8. Византийская империя (IV-XIV вв.): государство и общество.
9. Великое переселение народов и древнейшие государственные образования на территории России.
10. Этногенез, расселение восточных славян и первые их племенные объединения.
11. Зарождение древнерусской государственности и основные теории её формирования.
12. Образование Древнерусского государства и политика первых киевских князей.
13. Древняя Русь при Владимире Крестителе и Ярославе Мудром: основные направления внутренней и внешней политики.
14. Политический распад и формирование моделей древнерусского общества и государства.
15. Западноевропейский регион (Священная Римская империя): общество и государство в XIII-XV веках.
16. Эволюция политической системы и становление сословной монархии в Западной Европе в XIII-XV веках.
17. Средневековье как этап истории Востока.
18. Образование Монгольской державы, направления монгольской экспансии.
19. Европа и страны Востока в XIII-XV веках: торгово-экономическое и политическое взаимодействие.
20. Русь в борьбе с иноземной экспансией XIII века.
21. Улус Джучи - Золотая Орда: формирование государства, система власти и управления.
22. Возвышение Москвы и начальный процесс объединения русских земель.
23. Москва и Литва: два центра объединения.
24. Великие географические открытия: экономические и политические последствия.
25. Реформация и ее влияние на развитие Европы.
26. Революции в Нидерландах и Англии в XVI- XVII веках: причины, характер, последствия.
27. Тридцатилетняя война и ее влияние на европейские государства.
28. Иван IV Грозный: социально-политические реформы и внешнеполитический курс.
29. «Смутное время»: последствия для общества и государства.
30. Правление первых Романовых: от сословно-представительной монархии к становлению абсолютизма.
31. Европа: кризис «старого порядка» и особенности «эпохи Просвещения».
32. Великая французская революция и ее влияние на политическое и социокультурное развитие европейских государств.
33. Экономическое и социально-политическое развитие Западной Европы и США в конце XVIII - XIX веках.
34. Европейский колониализм и раздел мира на сферы влияния (XIX век).
35. Россия при Петре I. Экономическая модернизация: развитие производства и торговля, реформирование системы управления, военные реформы.
36. Российская империя после Петра Великого: «эпоха дворцовых переворотов»: борьба придворных группировок за власть.
37. Российский вариант политики «просвещенного абсолютизма» Екатерины II: противоречивый характер внутривластного курса.
38. Приоритеты внешней политики Российской империи во второй половине XVIII столетия.
39. Император Павел I: Российская империя на рубеже веков.
40. Россия при императоре Александре I; правительственный реформизм и внешнеполитические обстоятельства.
41. Внутренняя и внешняя политика императора Николая I: содержание и последствия.
42. Александр II: крестьянская реформа и преобразования 60-70-х гг.
43. Внутри - и внешнеполитический курс императора Александра III.
44. Начало борьбы за передел мира в конце XIX века.
45. Социально-экономическая характеристика ведущих мировых держав.
46. Особенности экономического и политического развития колониально- зависимых стран в конце XIX – начале XX века.
47. Первая мировая война (1914-1918 гг.): основные военно-политические блоки, театры военных действий.
48. Первая мировая война (1914-1918 гг.): итоги и влияние войны на развитие Европы и мира.
49. Россия в 1914 - 1917 гг.: социально-экономическая и политическая трансформация и крушение империи.
50. Россия в период революционных потрясений и Гражданской войны.
51. НЭП и форсированное строительство социализма в СССР в конце 20-х - 30 -е годы XX века.
52. Мировой экономический кризис 1929 г. и «великая депрессия».
53. Европа, США и Япония: пути выхода из кризиса и выбор модели экономического и политического развития.
54. Особенности международных отношений в межвоенный период
55. Внешняя политика Советского государства в 20-30-е годы XX века.
56. Мир в годы Второй мировой войны: предпосылки и ход войны.
57. Великая Отечественная война: основные этапы и события.
58. Мир в годы Второй мировой войны: создание антигитлеровской коалиции.
59. Геополитические изменения в мире после окончания Второй мировой войны.

60. Советский Союз в 1945-1953 гг.: восстановление и развитие хозяйства.
61. Советский Союз в 1945-1953 гг.: идеологические кампании и политические репрессии.
62. Советский Союз в 1945-1953 гг.: смена власти в Кремле.
63. Ведущие страны Запада и Востока в постиндустриальную эпоху: НТР и ее влияние на экономическое и политическое развитие и интеграционные процессы.
64. Советское государство и общество в условиях процесса десталинизации.
65. Хрущевская «оттепель»: достижения и противоречия.
66. Л.И. Брежнев: от хозяйственных реформ 60 -х гг. К утере темпов развития и кризису на рубеже 70 - 80 -х гг.
67. Политика «перестройки» и распад СССР.
68. Мировое экономическое, политическое и культурное пространство XXI века: проблемы глобализации.
69. Российская Федерация на рубеже веков: становление суверенного государства и начало радикальных реформ.
70. Российская Федерация на рубеже веков: политические процессы: власть и общество.
71. Россия в первое десятилетие XXI века: экономическое и социальное развитие.
72. Россия в первое десятилетие XXI века: внутривнутриполитические процессы. Внешнеполитический курс: основные приоритеты и их реализация.
73. Агрессия США против суверенных государств мира в конце XX – начале XXI века.
74. Общественные события в Казахстане в январе 2022 года.

5.2. Темы письменных работ

Короткое Эссе

1. Война народов СССР против фашистской Германии являлась Великой Отечественной войной. Почему? А какой характер носила война нацистской Германии против СССР? Дайте краткую аргументацию.
2. Какое событие (явление) XX века было наиболее значимым, экзистенциальным для народов Советского союза. Объясните почему?

Напишите работу на одну из тем (по выбору):

1. Социально-экономические последствия Первой мировой войны.
2. В.И. Ленин и его роль в октябрьской революции 1917 г.
3. Л.Д. Троцкий – руководитель восстания в октябре 1917 года в г. Петроград.
4. Можно ли было предотвратить Октябрьскую революцию? Если да, то когда и как?
5. Тоталитаризм как политический режим: общее и особенное в странах Европы и России.
6. Формирование однопартийного политического режима.
7. Строительство индустриального общества в СССР в 30-е гг.: результаты и издержки.
8. «Большой скачок 1929 г.»: замыслы и результаты.
9. Конституция 1936 г. - конституция «победившего социализма».
10. Культурная политика в 1920 - 1930-е гг.
11. Международное положение СССР в предвоенные годы.
12. Начало Второй мировой войны.
13. Нападение Германии на СССР. Причины неудач Красной Армии в начальный период войны. Битва за Москву.
14. Коренной перелом в ходе Великой Отечественной войны и ее победоносное завершение.
15. Осложнение международной обстановки в послевоенный период в Европе.
16. Вступление мира в эпоху научно-технической революции.
17. Трудности послевоенного переустройства: восстановление народного хозяйства и ликвидация атомной монополии США.
18. Общее и особенное во внешнеполитическом курсе Н.С. Хрущева и Л.И. Брежнева.
19. Изменения в теории и практике советской внешней политики.

Темы для рефератов

1. Дайте краткую характеристику неолитической революции как понятию.
2. Какие виды исторических источников вам известны?
3. В чём состоит суть концепции Д.Белла?
4. Какие вспомогательные исторические дисциплины помогают получить наиболее объективную информацию?
5. Кто такой Л.Г. Морган и в чём состоит его вклад в историческую науку?
1. Что такое первая научная революция и какое она оказала влияние на мировое развитие?
2. Какова роль Великих географических открытий в развитии экономики, политики, геополитическом укреплении стран Западной Европы?
3. Определите значение русских географических открытий XVII в.
4. Эпоха Просвещения как фаза исторического процесса в Западной Европе.
5. Роль и значение промышленного переворота XVIII века в мировой истории.
6. Освещение петровских реформ в современной отечественной историографии.
7. Промышленное развитие XIX века в странах Европы, США и России.
1. Докажите, что Россия - это составная часть общеевропейского цивилизационного пространства.
2. Раскройте закономерности формирования ранних форм государственности на Востоке и Западе.

3. В чем заключалось единство и многообразие древнерусской культуры.
4. Раскройте общие черты и отличия русского государства (России) и средневековых государств Европы и Азии.
5. Какое влияние оказала Золотая Орда на экономическое, политическое и административное развитие русского государства (России)?
6. Какие существуют дискуссии о генезисе самодержавия?
7. Каковы причины сложных процессов формирования единых централизованных государств в ряде стран Западной Европе (Германия, Италия)?
8. В чем заключались особенности эпохи Нового времени в Европе и России?
9. Экономическое развитие ведущих европейских держав и России в XVII в.

5.3. Фонд оценочных средств

1. «Отцом истории» как науки называют ...
 - а. Гераклита
 - б. Геродота
 - в. Аристотеля
 - г. Демокрита
2. Период существования Киевской Руси...
 - а. VI-IX вв.
 - б. IX-XII вв.
 - в. IX-XV вв.
 - г. XIII-XV вв.
3. По форме правления Новгородская земля представляла собой...
 - а. раннефеодальную республику
 - б. раннефеодальную монархию
 - в. абсолютную монархию
 - г. деспотическую тиранию
4. Категории свободного сельского населения древней Руси....
 - а. «холопы»
 - б. «смерды»
 - в. «рядовичи»
 - г. «пущенники»
5. Правитель Древнерусского государства, первым принявшим христианство ...
 - а. Игорь
 - б. Владимир
 - в. Ольга
 - г. Святослав
6. Сведения о правовых нормах Древнерусского государства содержит следующий документ:
 - а. «Слово о Законе и Благодати»
 - б. «Соборное уложение»
 - в. «Русская правда»
 - г. «Повесть временных лет»
7. Представители династии Рюриковичей, киевские князья...
 1. Владимир Святой
 2. Дмитрий Донской
 3. Ярослав Мудрый
 4. Александр Невский
 5. Иван Калита
 6. Владимир Мономах
 7. Андрей Боголюбский
 8. Василий Темный

а. 1,3,6 б. 2,4,5 в. 1, 5,7 г. 4,5,8
8. Битва на реке Калка, где русские князья встретились с монголо-татарами произошла в ...
 - а. 1223 г.
 - б. 1240 г.
 - в. 1380 г.
 - г. 1480 г.
9. В период феодальной раздробленности вечевые порядки играли ведущую роль в политической жизни...
 - а. Пскова и Новгорода
 - б. Владимира и Новгорода
 - в. Чернигова и Полоцка

г. Москвы и Владимира

10. Земельное владение, запрещавшееся продавать и дарить в XV- XVI вв. – это...

- а. поместье
- б. вотчина
- в. усадьба
- г. надел

11. Образование Москвы связано с именем:

- а. Андрея Боголюбского
- б. Юрия Долгорукого
- в. Дмитрия Донского
- г. Даниила Александровича

12. Московский князь, получивший Золотой ярлык и право сбора дани со всех русских земель в пользу Золотой Орды:

- а. Александр Невский
- б. Иван Калита
- в. Дмитрий Донской
- г. Иван III

13. Цель политики Ивана Грозного заключалась в следующем...

- а. ослабить дворянство
- б. усилить духовенство
- в. укрепить торгово-ремесленное сословие
- г. централизовать власть

14. В период царствования Ивана IV еще не вошло в состав России ... ханство

- а. Казанское
- б. Астраханское
- в. Крымское
- г. Сибирское

15. Сибирские земли осваивались в первую очередь...

- а. дворянами-помещиками
- б. служилыми людьми
- в. монастырями
- г. казаками

16. Земский Собор – это...

- а. орган местного самоуправления в XVII-XVIII вв.
- б. орган сословного представительства в России в XVI-XVII вв.
- в. орган исполнительной власти в эпоху Московской Руси
- г. церковный собор

17. Укажите год, с которым связано начало династии Романовых:

- а. 1649
- б. 1613
- в. 1645
- г. 1654

18. Добровольное вхождение Украины в Русское подданство году относится к правлению...

- а. Федора Ивановича
- б. Михаила Федоровича
- в. Алексея Михайловича
- г. Петра I

19. Годы жизни Петра I:

- а. 1672-1725
- б. 1689-1725
- в. 1680-1731
- г. 1689-1729

20. При Петре I управление, юриспруденция, армии и различные социальные классы были реорганизованы ...

- а. на восточный лад
- б. на западный лад
- в. на персидский лад
- г. остались без изменения

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 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. 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.
3. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: зачет с оценкой

Зачет с оценкой 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 с оценкой проводится в форме тестирования или собеседования по всем темам дисциплины. Тестирование осуществляется в системе дистанционного обучения ПГУФКСиТ.

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

Основная литература

1. Всемирная история в 2 ч. Часть 1. История Древнего мира и Средних веков: учебник / под ред. Г.Н. Питулько. — М.: Юрайт, 2020. — 129 с. — (Высшее образование). — ISBN 78-5-534-08094-0. — Текст: непосредственный.
2. Всемирная история в 2 ч. Часть 1. История Древнего мира и Средних веков: учебник для вузов / Г. Н. Питулько, Ю. Н. Полохало, Е. С. Стецкевич, В. В. Шишкин; под редакцией Г. Н. Питулько. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 129 с. — ISBN 978-5-534-08094-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450882> (дата обращения: 25.06.2020).
3. Зуев, М. Н. История России: учебник и практикум для вузов / М. Н. Зуев, С. Я. Лавренов. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 545 с. — ISBN 978-5-534-02724-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449643> (дата обращения: 09.02.2021).
4. Зуев, М. Н. История России: учебное пособие / М. Н. Зуев. — М.: Юрайт, 2011. — 655 с. — ISBN 978-5-9916-1122-0. — Текст: непосредственный.
5. Кириллов, В. В. История России: учебное пособие / В. В. Кириллов. — М.: Юрайт, 2011. — 661 с. — ISBN 978-5-9916-1093-3. — Текст: непосредственный.
6. Шабалина, Ю. В. История: с древнейших времён до наших дней: учебное пособие / Ю. В. Шабалина. — Казань: ФГБОУ ВПО "Поволжская ГАФКСИТ", 2014. — 172 с. — ISBN 978-5-4428-0056-2. — Текст: непосредственный.

Дополнительная литература

1. Викторов, В. В. Российская цивилизация: тенденции развития от истоков к современности: учебное пособие / В. В. Викторов. — М.: Вузовский учебник, 2011. — 336 с. — ISBN 978-5-9558-0090-5 — Текст: непосредственный.
2. История России. С древнейших времён до наших дней. В 2-х т. Т.1: учебник / Под ред. А.Н. Сахарова. — М.: Проспект, 2013. — 544 с. — ISBN 978-5-392-09127-0. — Текст: непосредственный.
3. Сёмин, В. П. История России: проблемы и вопросы: учебное пособие / В. П. Сёмин. — М.: КНОРУС, 2016. — 642 с. — ISBN 978-5-406-05381-2. — Текст: непосредственный.
4. Хрестоматия по истории России: учебное пособие / Авт.-сост. А.С. Орлов, В.А. Георгиев, Н.Г. Георгиева, Т.А. Сивохина. — М.: Проспект, 2014. — 502 с. — ISBN 978-5-202-12185-4. — Текст: непосредственный.

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)

[illegible]

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. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает 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 включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

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.

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.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы 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 все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.
- Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, 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

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 и выполнения различного вида самостоятельных работ. 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, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета 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.

Рекомендации по работе с литературой

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

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

Главная задача преподавателя — мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает 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.

Требования к оформлению рефератов и презентаций

Реферат пишется для проверки следующих навыков студента:

- работа с литературой,
- обобщение материала и определение проблем,
- формулирование собственных аргументированных выводов,
- умение оформлять работу согласно требованиям.

Структура реферата: титульный лист, оглавление, введение, основная часть, заключение и список литературы.

При написании реферата рекомендуется придерживаться следующих этапов:

1. Выбор темы реферата. Выбор темы осуществляется на основании предложенного перечня.
2. Работа с литературой. Подбираются источники для написания реферата, которые детально изучаются и конспектируются. В процессе конспектирования записываются библиографические сведения источника и номера страниц, с которых были заимствованы мысли для последующего оформления ссылок на источники. Для написания реферата требуется 6-10 источников
3. План реферата, который представляет собой краткое изложение последовательности рассмотрения материала в работе.
4. Написание основных разделов реферата. Подготовленные ранее материалы обрабатываются, в работу включается собственный анализ. Материал располагается в соответствии с планом и формируются логические связки между элементами структуры реферата.
5. Оформление реферата. После того как текст полностью написан, производится его окончательная читка и оформление.

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



Рабочая программа дисциплины **Основы военной подготовки**

Закреплена за кафедрой	Кафедра педагогики и психологии в сфере физической культуры и спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
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 3	
в том числе:			
аудиторные занятия	42		
самостоятельная работа	66		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Распределение часов дисциплины по семестрам				
Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	3 (2.1)		Итого	
	18 2/6			
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	26	26	26	26
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.соц.н., Доц., Качалов Вадим Юрьевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 27.03.2025 г. № 9

Зав. кафедрой Зизикова С.И.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины является получение знаний, умений и навыков, необходимых для становления обучающихся в качестве граждан, способных и готовых к выполнению воинского долга и обязанностей по защите своей Родины в соответствии с законодательством Российской Федерации

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Основы российской государственности
2.1.2	Безопасность жизнедеятельности
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

УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

УК-8.1: Применяет положения, выбирает здоровьесберегающие технологии для ведения здорового образа жизни; общевоинских уставов в повседневной деятельности подразделения, управляет строями, применяет штатное стрелковое оружие

Знать:

Основные положения общевоинских уставов ВС РФ; организацию внутреннего порядка в подразделении; обязанности разводящего, часового; обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю; требования безопасности при обращении со стрелковым оружием.

Уметь:

Правильно применять и выполнять положения общевоинских уставов ВС РФ; выявлять и устранять проблемы, связанные нарушениями техники безопасности при исполнении служебных обязанностей: управление строем, строевые команды и порядок их подачи; приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Владеть:

Навыками поддержания повседневной жизни профессиональной деятельности с безопасными условиями жизнедеятельности для сохранения природной среды обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

УК-8.2: Имеет представление о тактике ведения современного боя

Знать:

Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ; назначение, структуру мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою.

Уметь:

Осуществлять разборку и сборку автомата (АК-74) и пистолета (ППМ), подготовку к боевому применению ручных гранат; оборудовать позицию для стрельбы из стрелкового оружия; вести общевойсковой бой в составе подразделения.

Владеть:

Навыками стрельбы из стрелкового оружия; навыками подготовки к ведению общевойскового боя.

УК-8.3: Имеет представление о действиях при применении оружия массового поражения

Знать:

Общие сведения о ядерном, химическом и биологическом оружии, средствах его применения; правила поведения и меры профилактики в условиях заражения радиоактивными, отравляющими веществами и бактериальными средствами.

Уметь:

Выполнять поставленные задачи в условиях РХБ заражения по радиационной, химической и биологической защите.

Владеть:

Навыками применения индивидуальных средств РХБ защиты.

УК-8.4: Пользуется топографическими картами

Знать:

Тактические свойства местности, их влияние на действия подразделений в боевой обстановке; назначение, номенклатуру и условные знаки топографических карт.

Уметь: Читать топографические карты различной номенклатуры; ориентироваться на местности.
Владеть: Навыками ориентирования на местности по карте и без карты.

УК-8.5:Оказывает первую медицинскую помощь при ранениях и травмах

Знать: Основные способы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах.
Уметь: Оказывать первую медицинскую помощь при ранениях и травмах.
Владеть: Навыками применения индивидуальных средств медицинской защиты и подручных средств для оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах.

УК-8.6:Имеет высокое чувство патриотизма, считает защиту Родины своим долгом и обязанностью

Знать: Тенденции и особенности развития современных международных отношений, место и роль России в многополярном мире, основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны; основные положения Военной доктрины РФ; правовое положение и порядок прохождения военной службы.
Уметь: Давать оценку международным военно-политическим и внутренним событиям и фактам с позиции патриота своего Отечества; применять положения нормативно-правовых актов.
Владеть: Навыками высокого чувства патриотизма, считая защиту Родины своим долгом и обязанностью; навыками работы с нормативно-правовыми документами.

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. Основы военной подготовки						
1.1	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. /Тема/	3	0				
1.2	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание. /Лек/	3	2	УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.3 Л1.5		
1.3	Внутренний порядок и суточный наряд. Общие положения Устава гарнизонной, караульной и комендантской службы. /Пр/	3	2	УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.3 Л1.5		
1.4	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание. Внутренний порядок и суточный наряд. Общие положения Устава гарнизонной, караульной и комендантской службы. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Обязанности командиров и военнослужащих перед построением и в строю. Строевые приёмы на месте и в движении без оружия. Выполнение воинского приветствия, выход из строя и подход к начальнику. /Ср/	3	8	УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.3 Л1.5		
1.5	Военная доктрина РФ. Законодательство РФ о прохождении военной службы. /Тема/	3	0				
1.6	Военная доктрина РФ. Законодательство РФ о прохождении военной службы. /Лек/	3	2	УК-8.6-31 УК-8.6-У1 УК-8.6-В1	Л1.1		

1.7	Военная доктрина РФ. Законодательство РФ о прохождении военной службы. Понятие военной службы и её характерные черты. Основные элементы прохождения военной службы. /Ср/	3	8	УК-8.6-31 УК-8.6-У1 УК-8.6-В1	Л1.1		
1.8	Россия в современном мире. /Тема/	3	0				
1.9	Россия в современном мире. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. /Лек/	3	2	УК-8.6-31 УК-8.6-У1 УК-8.6-В1	Л1.1		
1.10	Россия в современном мире Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития страны. Новая реальность международных отношений. /Ср/	3	8	УК-8.6-31 УК-8.6-У1 УК-8.6-В1	Л1.1		
1.11	Вооруженные Силы Российской Федерации. /Тема/	3	0				
1.12	Вооруженные Силы Российской Федерации /Лек/	3	2	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.13	Вооруженные Силы Российской Федерации. Организационно-штатная структура, вооружение и боевая техника подразделений армий иностранных государств. Организация соединений частей и подразделений Сухопутных войск Германии. Военная организация Объединённого королевства Великобритании и Северной Ирландии. Вооруженные силы США. Организация и структура армии Франции. /Ср/	3	8	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.14	Основы современного общевойскового боя. /Тема/	3	0				
1.15	Основы современного общевойскового боя. /Лек/	3	2	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.5-31 УК-8.5-В1 УК-8.5-У1	Л1.4		
1.16	Основные тактические понятия, определения и термины. Обязанности личного состава в бою. /Ср/	3	8	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1 УК-8.5-31	Л1.4		
1.17	Местность как элемент боевой обстановки. /Тема/	3	0				
1.18	Местность как элемент боевой обстановки. /Лек/	3	2	УК-8.4-31 УК-8.4-У1 УК-8.4-В1	Л1.2		
1.19	Назначение и содержание топографических карт. Топографическое ориентирование по карте. /Ср/	3	8	УК-8.4-31 УК-8.4-У1 УК-8.4-В1	Л1.2		
1.20	Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. /Тема/	3	0				

1.21	Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие. /Лек/	3	2	УК-8.3-У1 УК-8.3-В1 УК-8.3-З1 УК-8.5-З1 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1	Л1.4 Л1.6		
1.22	Тактико-технические характеристики противогАЗа ГП7 и прибора радиационно-химической разведки ВПХР. /Пр/	3	2	УК-8.3-З1 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1	Л1.4 Л1.6		
1.23	Выполнение норматива "Надевание противогАЗа". /Пр/	3	2	УК-8.3-З1 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1 УК-8.5-З1 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1	Л1.4 Л1.6		
1.24	Тактико-технические характеристики ОЗК и Л-1 и дозиметра ДП-5В. /Пр/	3	2	УК-8.3-З1 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1	Л1.4 Л1.6		
1.25	Выполнение норматива "ОЗК: плащ в рукава". /Пр/	3	2	УК-8.3-З1 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1 УК-8.5-З1 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1	Л1.4 Л1.6		
1.26	Основные сведения об оружии массового поражения и мероприятиях по защите от него. Особенности поражающего действия нейтронных боеприпасов и способы защиты от них. Общие сведения об оружии, основанном на новых физических принципах. Понятие о радиационно, химически и биологически опасных объектах. Общие правила оказания самопомощи и взаимопомощи. Первая помощь при ранениях и травмах. Первая помощь при поражении отравляющими веществами, бактериологическими средствами. /Ср/	3	8	УК-8.3-З1 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1 УК-8.5-З1 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1	Л1.4 Л1.6		
1.27	Материальная часть стрелкового оружия и ручных осколочных гранат. /Тема/	3	0				
1.28	Материальная часть стрелкового оружия и ручных осколочных гранат. /Лек/	3	2	УК-8.2-З1 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.29	Тактико-технические характеристики АК-74, АК-12. Части и механизмы АК-74. Порядок разборки и сборки АК-74. Оснащение магазина АК-74 учебными патронами. /Пр/	3	2	УК-8.2-З1 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.30	Выполнение норматива "Разборка и сборка АК-74". Выполнение норматива "Оснащение магазина АК-74". /Пр/	3	2	УК-8.2-З1 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.31	Ознакомление с тиром. Изготовка для стрельбы. Меры безопасности при стрельбе. /Пр/	3	2	УК-8.2-З1 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.1-З1 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.4		

1.32	Тактико-технические характеристики ПМ. Разборка и сборка ПМ. Оснащение магазина ПМ учебными патронами. Выполнение норматива "Разборка и сборка ПМ". Выполнение норматива "Оснащение магазина ПМ". /Пр/	3	2	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1	Л1.4		
1.33	Учебные стрельбы в стрелковом тире. /Пр/	3	6	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.4		
1.34	Выполнение норматива "УС №3 АК74, УС №4 ПМ" в стрелковом тире. /Пр/	3	2	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.4		
1.35	Назначение и тактико-технические характеристики основных видов стрелкового оружия и ручных гранат. Перспективы развития современного стрелкового оружия. Правильное прицеливание. Меры безопасности при стрельбе. /Ср/	3	8	УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1	Л1.4		
1.36	Выполнение итогового теста по предмету. /ЗачётСОц/	3	2	УК-8.1-31 УК-8.1-У1 УК-8.1-В1 УК-8.2-31 УК-8.2-У1 УК-8.2-В1 УК-8.3-31 УК-8.3-У1 УК-8.3-В1 УК-8.4-31 УК-8.4-У1 УК-8.4-В1 УК-8.5-31 УК-8.5-У1 УК-8.5-В1 УК-8.6-31 УК-8.6-У1 УК-8.6-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Нормативы:

1). Норматив "разборка/сборка АК-74"

Временные показатели оценивания для неполной разборки АК-74: 13 секунд — «отлично»; 14 секунд — «хорошо»; 17 секунд — «удовлетворительно».

Время отсчитывается от команды «К неполной разборке оружия ПРИСТУПИТЬ» до доклада обучаемого «ГОТОВО».

Условия выполнения норматива: оружие разобрано, части и механизмы автомата аккуратно разложены на столе (чистой подстилке) в порядке разборки и не касаются друг друга, обучаемый находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками.

Временные показатели оценивания после неполной разборки: 23 секунды — «отлично»; 25 секунд — «хорошо»; 30 секунд — «удовлетворительно».

Время отсчитывается от команды «К сборке оружия ПРИСТУПИТЬ» до доклада обучаемого «ГОТОВО». Порядок выполнения: обучаемый последовательно выполняет все операции в обратном порядке.

2). Норматив "разборка/сборка ПМ"

Временные показатели оценивания для неполной разборки ПМ: 7 секунд — «отлично»; 8 секунд — «хорошо»; 10 секунд — «удовлетворительно».

Время отсчитывается от команды «К неполной разборке оружия ПРИСТУПИТЬ» до доклада обучаемого «ГОТОВО».

Условия выполнения норматива: оружие разобрано, части и механизмы автомата аккуратно разложены на столе (чистой

17. Ответственность военнослужащих: дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная и уголовная.
18. Место в строю, порядок его занятия и действия в движении; поведение в строю; передача приказаний и команд.
19. Повороты на месте. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы - снять (надеть)".
20. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.
21. Повороты в движении.
22. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.
23. Выход военнослужащего из строя и постановка в строй. Подход к начальнику и отход от него.
24. Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.
25. Строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина строя, глубина строя, двухшереножный строй, ряд.
26. Одношереножный и двухшереножный строи, колонна, развернутый строй, походный строй, направляющий, замыкающий.
27. Управление строем. Команды.
28. Развернутый и походный строи отделения.
29. Назначение, боевые свойства и устройство автомата, его неполная разборка и сборка.
30. Работа частей и механизмов при зарядании и стрельбе. Возможные задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, и способы их устранения.
31. Условия и порядок выполнения нормативов по неполной разборке и сборке автомата.
32. Назначение и боевые свойства ручных наступательных, оборонительных и противотанковых гранат.
33. Устройство гранат. Работа частей и механизмов гранат.
34. Подготовка ручных гранат к применению. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.
35. Изготовка к стрельбе из различных положений в ограниченное время, днем и ночью.
36. Производство выстрела (установка прицела, прицеливание, контроль дыхания, спуск курка, удержание оружия при стрельбе одиночными выстрелами и очередями).
37. Аптечка индивидуальная, аптечка войсковая, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный. Состав, предназначение и правила пользования.
38. Виды кровотечений.
39. Травматический шок и неотложные противошоковые мероприятия.
40. Виды и признаки переломов.
41. Признаки вывихов в суставах.
42. Причины и признаки перегревания, меры профилактики и оказания помощи.
43. Виды и признаки обморожения и замерзания. Первая помощь при обморожении и замерзании.
44. Классификация ран. Табельные и подручные перевязочные материалы для наложения первичной повязки. Правила и способы наложения повязки
45. Причины, признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, ядовитыми техническими жидкостями и острых пищевых отравлениях.
46. Причины, признаки и последствия инфицирования ран. Гноеродная и анаэробная инфекция, столбняк. Меры по предупреждению развития раневой инфекции.
47. Организационный состав Сухопутных войск ВС РФ.
48. Организационный состав Воздушно-космических сил ВС РФ.
49. Организационная структура МСВ на БМП.
50. Боевое предназначение МСВ.
51. Сущность современного общевойскового боя.
52. Цели и виды обороны.
53. Способы, порядок применения и перехода к обороне.
54. Цели и основные этапы наступления.
55. Виды общевойскового боя и их краткая характеристика.
56. Требования к управлению подразделениями.
57. Боевые задачи взвода в обороне.
58. Виды и способы перехода в наступление.
59. Способы передвижения взвода и дистанции между машинами и взводами на марше.
60. Боевой порядок взвода в обороне.
61. Боевой порядок МСВ в наступлении.
62. Опорный пункт мотострелкового взвода (по фронту и в глубину) и его состав.
63. Суть и значение скрытого управления войсками.
64. Характеристика мероприятий радиационной, химической и биологической защиты, проводимых в подразделениях и частях
65. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения.
66. Средства и способы защиты от ядерного оружия.
67. Назначение, боевые свойства и специфические особенности химического оружия.
68. Коллективные средства защиты и порядок их использования.
69. Частичная специальная обработка вооружения
70. Специальная обработка вооружения и военной техники.
71. Назначение, классификация и характеристика топографических карт.
72. Цели и основные задачи инженерного обеспечения мотострелковых и танковых подразделений.

73. Способы ведения инженерной разведки.
74. Классификация фортификационных сооружений.
75. Фортификационное оборудование районов обороны и опорных пунктов мотострелковых и танковых подразделений.

Тестовые вопросы к итоговому тесту (зачёт с оценкой):

1. Военная доктрина Российской Федерации является:
 - а. Политическим документом;
 - в. Документом стратегического планирования;
 - с. Гуманитарно-политическим документом.
2. Военная доктрина Российской Федерации – это:
 - а. Система неофициально принятых в государстве взглядов на подготовку к вооружённой защите и вооружённую защиту Российской Федерации;
 - в. Система официально принятых в государстве взглядов на подготовку к вооружённой защите и вооружённую защиту Российской Федерации;
 - с. Система официальных стратегических документов в государстве.
3. В основу военной доктрины Российской Федерации положена:
 - а. Военно-стратегическая теория;
 - в. Положение военной теории;
 - с. Военно-гуманитарная теория.
4. Что включает в себя Дисциплинарный устав Вооружённых сил Российской Федерации?
 - а. Сущность воинской дисциплины и обязанности военнослужащих по её соблюдению, а также виды поощрений и дисциплинарных взысканий;
 - в. Философскую сущность воинской дисциплины;
 - с. Общие обязанности и права командиров (начальников) по применению дисциплинарного устава.
5. Общие права и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними, обязанности основных лиц полка и его подразделений, а также правила внутреннего распорядка определены:
 - а. Строевым уставом Вооружённых сил Российской Федерации;
 - в. Дисциплинарным уставом Вооружённых сил Российской Федерации;
 - с. Уставом внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации.
6. Строем называется:
 - а. Установленное уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах;
 - в. Установленное уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий;
 - с. Размещение военнослужащих, подразделений.
7. Колонна – это:
 - а. Строй, в котором военнослужащие расположены один возле другого на одной линии;
 - в. Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины) - одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром;
 - с. Строй, в котором военнослужащие расположены один за другим на одной линии;
8. Походным строем называется:
 - а. Строй, в котором подразделение построено на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю;
 - в. Строй, в котором подразделение построено в колонну или подразделения в колоннах построены одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром;
 - с. Строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой.
9. Что включает в себя стрельба?
 - а. Прицеливание, зарядание оружия, и производства очереди (выстрела);
 - в. Зарядание оружия, и производства очереди (выстрела);
 - с. Прицеливание, производства очереди (выстрела).
10. «Для стрельбы из автомата важно выбрать место, которое обеспечит наилучший и обстрел, а также укроет стрелка».
 - а. Обзор;
 - в. Высота;
 - с. Укрытие.
11. При движении по радиоактивными веществами местности необходимо:

- а. Находится в средствах индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- в. Двигаться по высокой траве и кустарнику;
- с. Периодически снимать средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи и отряхивать их от пыли.

12. Для временного прекращения стрельбы в ходе выполнения учебных стрельб подаётся команда:

- а. «Разряжай»;
- в. «Отставить»;
- с. «Стой. Поставить оружие на предохранитель!».

13. Средства коллективной защиты – это:

- а. Лёгкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;
- в. Средства защиты органов дыхания и кожи;
- с. Инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения.

14. От каких поражающих факторов оружия массового поражения может защитить противорадиактивное укрытие?

- а. От химического и бактериологического оружия;
- в. От радиоактивного заражения;
- с. От ударной волны, радиоактивного заражения и химического оружия.

15. Из каких основных частей состоит противогаз?

- а. Патрон для очистки воздуха, кислородный баллон, гофрированная трубка;
- в. Фильтрующе-поглощающая коробка, лицевая часть (маска, шлем-маска);
- с. Лицевая часть, трубка вдоха и выдоха.

16. Укажите основные элементы, из которых состоит убежище:

- а. Защитно-герметичные двери, шлюзовые камеры, помещения для размещения людей, медицинская комната, комната для игр;
- в. Защитно-герметичные двери, шлюзовые камеры, помещения для размещения людей, медицинская комната;
- с. Защитно-герметичные двери, шлюзовые камеры, помещения для размещения людей, медицинская комната, комната для игр, библиотека.

17. Укажите срочные мероприятия, которые производятся при санитарной обработке в случае заражения капельножидкими отравляющими веществами (ОВ):

- а. Снять противогаз, обработать раствором из индивидуального противохимического пакета его лицевую часть, а затем зараженные места одежды, далее снять её и обработать тело;
- в. Не снимая противогаз, обработать раствором из индивидуального противохимического пакета открытые участки кожи, на которые попало отравляющее вещество, а затем зараженные места одежды, и лицевую часть противогаза;
- с. Снять одежду и противогаз, обработать раствором из индивидуального противохимического пакета участки кожи, на которые попало отравляющее вещество, одежду, а противогаз сдать.

18. Основными причинами инсульта являются:

- а. Мозговое кровоотечение, блокирование кровеносного сосуда;
- в. Пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное переутомление;
- с. Обширные внутренние кровоотечение повреждение головного и спинного мозга.

19. «Тепловой удар – это болезненное состояние, вызванное тела».

- а. Растиранием;
- в. Перегреванием;
- с. переохлаждением.

20. «Особенность обширных ожогов состоит в том, что при них в паталогический процесс почти всегда вовлекаются все органы и системы организма, возникают расстройства функций дыхания, кровообращения, выделения, появляются резкие боли, что зачастую обуславливает развитие ожогового »:

- а. Шока;
- в. Поражения;
- с. Болевого шока.

21. Основные задачи военной политики Российской Федерации в соответствии с законодательством и Военной доктриной являются:

- а. Оборонная промышленность;
- в. Министерство обороны;
- с. Правительство Российской Федерации.

22. Служебная деятельность военнослужащих, их быт, учеба и повседневная деятельность регулируется:

- а. Законами Российской Федерации;
- в. Воинскими уставами и нормативно-правовыми документами;
- с. Командным составом воинской части.

23. Уставом внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации определяет:
- Обязанности основных должностных лиц по применению своих дисциплинарных прав;
 - Порядок дежурств;
 - Общие права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними.
24. Текст воинской присяги и положения о Боевом знамени воинской части приведены:
- В Уставе внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации;
 - В Уставе гарнизонной и караульной службы Вооружённых сил Российской Федерации;
 - В Строевом уставе внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации.
25. Шеренга – это:
- Строй, в котором военнослужащие размещены на установленном интервале;
 - Строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции, установленной уставом или командирами;
 - Строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах.
26. Развёрнутым строем называется:
- Строй, в котором подразделения построены в колонну или подразделения построены один за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром;
 - Строй, в котором подразделения построены на одной линии по фронту в одношереножном или двухшереножном строю (в линию машин) или в линию колонн на интервалах, установленных Уставом или командиром;
 - Строй, в котором военнослужащие одной шеренги расположены в затылок военнослужащим другой шеренги.
27. Общевоинские уставы внутренней службы Вооружённых сил Российской Федерации утверждены:
- Постановлением Правительства Российской Федерации;
 - Приказом Министра обороны;
 - Указом Президента Российской Федерации.
28. Стрельба из автомата Калашникова может вестись из положения:
- Стоя;
 - Из различных положений (стоя, с колена, лёжа);
 - Стоя и лёжа.
29. «Дисциплинарный устав Вооружённых сил Российской Федерации определяет сущность воинской , обязанности по её соблюдению, виды поощрений и дисциплинарных взысканий, права командиров (начальников) по их применению, а также порядок подачи и рассмотрения предложений, заявлений и жалоб».
- отношения, военнослужащих;
 - дисциплина, военнослужащего;
 - службы, военнослужащих.
30. «Стрельба из автомата складывается из подготовки к стрельбе, ... и прекращения стрельбы».
- прицеливания;
 - выстрела;
 - попадания в цель.
31. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище?
- От химического и бактериологического оружия;
 - От всех поражающих факторов ядерного взрыва;
 - От всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия.
32. Противогаз служит для защиты органов дыхания, лица и глаз от:
- Светового излучения, проникающей радиации и высокой температуры;
 - Бактериальных средств;
 - Отравляющих, многих ядовитых и радиоактивных веществ.
33. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:
- В течении трёх суток выпадения;
 - В первые часы после выпадения;
 - В первые сутки после выпадения.
34. В случае солнечного удара необходимо:
- Усадить пострадавшего, напоить большим количеством воды, вызвать «Скорую помощь»;
 - Перенести пострадавшего в темное прохладное место и уложить так, чтобы он принял горизонтальное положение с приподнятыми вверх ногами, на лоб приложить холодный компресс, дать понюхать пострадавшему нашатырный спирт, напоить большим количеством воды, вызвать «Скорую помощь»;
 - Перенести пострадавшего в тенистое прохладное место и уложить на живот, дать понюхать пострадавшему нашатырь или любое нетоксичное средство с резким запахом, вызвать «Скорую помощь»;

35. Причинами сердечной недостаточности может быть;

- а. Ревматические поражения сердечной мышцы, пороки сердца, инфаркт миокарда, физические перенапряжения, нарушения обмена веществ и авитаминоз;
- в. Внутреннее и наружное кровотечение, повреждение опорно-двигательного аппарата, переутомление, тепловой и солнечный удар;
- с. Тяжёлые повреждения, сопровождающиеся кровопотерей, разрушения мягких тканей, раздробление костей, обширные термические ожоги.

36. Укажите правильный алгоритм оказания первой медицинской помощи при травматическом ожоге.

- а. Удалить с повреждённой кожи остатки одежды, обработать ожог спиртом, наложить тугую повязку;
- в. Удалить с поверхности тела источник ожога, здоровую кожу вокруг ожога обработать, наложить стерильную повязку, при необходимости дать обезболивающее средство, доставить пострадавшего в больницу;
- с. Здоровую кожу обработать раствором спирта (зелёнки, марганцовки), наложить стерильную повязку.

37. Укажите правильный алгоритм оказания первой медицинской помощи при химическом ожоге.

- а. Наложить стерильную повязку, предварительно ожог смазать вазелином;
- в. Долго и обильно промывать водой место ожога, потом обработать спиртом;
- с. Долго и обильно промывать водой место ожога.

38. Когда часовому разрешается иметь оружие в положение «За спину».

- а. При несении службы на посту;
- в. В случае тушения пожара;
- с. При смене часового;
- д. При нападении на пост;
- е. В случае болезни.

39. При поражении какого ОВ не разрешается делать искусственное дыхание?

- а. Раздражающего;
- в. Удушающего;
- с. Психо-химического.

40. Когда противогаз носится в положение «Наготове»?

- а. При команде «Газы»;
- в. При первых признаках применения ОВ и ОС;
- с. Если нет угрозы нападения противника;
- д. При наличии нападения.

41. Что относится к СИЗ органов дыхания?

- а. Костюм Л-1;
- в. Убежище;
- с. Противогаз респиратор.

42. Каково положение оружия на посту у часового ночью?

- а. «За спину»;
- в. «На ремень»;
- с. В руке;
- д. Изготовка для стрельбы;
- е. «На грудь».

43. Сколько патронов вмещает магазин АКМ?

- а. 40;
- в. 30;
- с. 20;
- д. 10;
- е. 50.

44. Какие права и свободы имеет военнослужащие ВС РФ?

- а. Все права и свободы указанные в уставах ВС РФ;
- в. Общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией РФ распространяются на военнослужащих, с ограничениями, связанными с особенностями военной службы;
- с. Все общегражданские права и свободы, предусмотренные Конституцией;
- д. В период прохождения военной службы права и свободы на военнослужащих не распространяются.

45. Военно-врачебной комиссией призывник признан временно негодным по состоянию здоровья к прохождению военной службе, ему должны предоставить:

- а. Освобождение от военной службы;
- в. Военный билет;

- с. Направление на альтернативную службу;
- д. Отсрочку от призыва.

46. В каком случае на воинский учёт становятся граждане РФ женского пола:

- а. Если имеют военно-учётную специальность;
- в. Если обучаются в учебных заведениях, имеющих государственную аккредитацию;
- с. Если имеют соответствующую строевую выправку и желание служить;
- д. Если отец или родной брат являются военнослужащими по контракту.

47. Что обязывает воинская дисциплина каждого военнослужащего России:

- а. Стойко переносить трудности военной службы, не щадить своей жизни для выполнения воинского долга;
- в. Честно выполнять приказы командования;
- с. Выполнять свой воинский долг умело и мужественно;
- д. Быть верным военной присяге, строго соблюдать Конституцию и законы Российской Федерации.

48. Общевоинские уставы:

- а. Это официальный нормативный документ об организации войск, походных и боевых порядков;
- в. Это официальный нормативно-правовые документы, регламентирующие несение службы в ВС, права и обязанности военнослужащих;
- с. Это свод правил по организации войск;
- д. Это свод правил по соблюдению моральных принципов военнослужащих.

49. Что такое воинская дисциплина:

- а. Соблюдение ритуала Воинской присяги;
- в. Знание дисциплинарного устава вооружённых сил РФ;
- с. Установленный порядок поведения людей, отвечающий сложившимся в обществе нормам права и морали;
- д. Чёткое соблюдение распорядка дня воинской части.

50. Воинская обязанность граждан РФ, это:

- а. Обязанность проходить службу по призыву и состоять в запасе;
- в. Установленный законодательством РФ порядок службы по призыву в рядах Российской Армии;
- с. Обязанность граждан своевременно являться по повестке в военный комиссариат и не допускать уклонения от службы в Армии;
- д. Воинский учёт, призыв и прохождение военной службы, пребывание в запасе, прохождение военных сборов.

5.2. Темы письменных работ

Курсовые работы (проекты) учебным планом не предусмотрены

Примерная тематика учебно-исследовательских работ:

1. Особенности психологических реакций у населения, пострадавшего в результате военных конфликтов.
2. Прокси-война: что это такое?
3. Психологическая реабилитация военных, прошедших «горячие точки».
4. Военная дисциплина с социально – психологической точки зрения.
5. Развитие вооруженные силы РФ на современном этапе.
6. Воспитательная работа в вооруженных силах и её влияние на психологию военнослужащего.
7. Виды наказания за нарушения законодательства в области военной службы.
8. Конфликты в воинских коллективах: роль командного состава в минимизации данных конфликтов.
9. НАТО – военно-политическое образование вероятного противника.
10. История развития ядерного оружия.
11. Влияние радиоактивных веществ на организм человека.
12. Классификация химического оружия по физиологическому воздействию на организм человека.
13. Военная доктрина РФ: история развития.
14. История развития военных наград России.
15. Военная политика РФ в современности.
16. Выживание в условиях автономного существования.
17. Условия выживания в экстремальных ситуациях.
18. Дни воинской славы России.
19. История развития военной одежды и камуфляжа.
20. Проблема неуставных взаимоотношений в армии.
21. История развития отечественных пистолетов.
22. Актуальные вопросы техники безопасности при проведении боевых стрельб.
23. Символы России – история развития (флаг, герб, гимн).
24. Конституция РФ: путь развития с начала 20-го века по настоящее время.
25. Роль армии и флота России в истории нашего государства.

5.3. Фонд оценочных средств

Оцениваемая компетенция УК-8

Пример тестового задания по основам военной подготовке (текущий контроль; контрольный срез знаний):

1. Строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии и в установленных интервалах называется:

- А) фланг
- Б) шеренга
- В) интервал
- Г) дистанция
- Д) фронт

2. Расстояние по фронту между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями называется:

- А) фланг
- Б) шеренга
- В) интервал
- Г) дистанция
- Д) фронт

3. Расстояние в глубину между военнослужащими (машинами), подразделениями и частями называется:

- А) фланг
- Б) шеренга
- В) интервал
- Г) дистанция
- Д) фронт

4. Установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах называется:

- А) строй
- Б) глубина строя
- В) ширина строя
- Г) развернутый строй
- Д) походный строй

5. Строй, в котором военнослужащие расположены в затылок друг другу, а подразделения (машины), одно за другим на дистанциях, установленных Уставом или командиром, называется:

- А) развернутый строй
- Б) походный строй
- В) сомкнутый строй
- Г) разомкнутый строй
- Д) колонна

6. Температура воздуха в спальном помещении подразделений в зимнее время должна быть не ниже:

- А) + 10 0С
- Б) + 15 0С
- В) + 25 0С
- Г) +18 0С
- Д) + 30 0С

7. Дежурному по части разрешается отдыхать за время дежурства не более:

- А) не разрешается
- Б) 1 часа
- В) 2 часов
- Г) 3 часов
- Д) 4 часов

8. Назовите воинские звания младшего офицерского состава:

- А) прапорщик
- Б) младший сержант
- В) капитан третьего ранга
- Г) майор
- Д) капитан

9. Какой из видов взыскания применяется к военнослужащим:

- А) замечание
- Б) снятие ранее наложенного взыскания
- В) награждение грамотой
- Г) досрочное присвоение очередного воинского звания
- Д) награждение денежной премией

10. Какой из видов поощрения применяется к военнослужащим:

- А) замечание
- Б) снятие ранее наложенного взыскания
- В) выговор
- Г) строгий выговор
- Д) предупреждение о неполном служебном соответствии

11. Калибр пистолета Макарова (ПМ) составляет:

- А) 5,45 мм.
- Б) 7,62 мм.
- В) 9 мм.
- Г) 12,7 мм.
- Д) 5,56 мм.

12. Вес автомата Калашникова (АК-74) без штык-ножа со снаряженным патронами магазином составляет:

- А) 3,5 кг.
- Б) 3,6 кг.
- В) 5,46 кг.
- Г) 7,76 кг.
- Д) 10 кг.

13. Емкость магазина автомата Калашникова (АК-74) составляет:

- А) 20 патронов
- Б) 25 патронов
- В) 30 патронов
- Г) 40 патронов
- Д) 45 патронов

14. Радиус разлета убойных осколков оборонительной гранаты Ф-1 составляет:

- А) 20 метров
- Б) 45 метров
- В) 70 метров
- Г) 150 метров
- Д) 200 метров

15. Радиус разлета убойных осколков наступательной гранаты РГД-5 составляет:

- А) до 25 метров
- Б) 45 метров
- В) 70 метров
- Г) 150 метров
- Д) 200 метров

16. Что занимает мотострелковая рота в обороне:

- А) позицию
- Б) район обороны
- В) опорный пункт
- Г) полосу обороны
- Д) рубеж обороны

17. Ширина района обороны мотострелкового батальона составляет:

- А) до 5 км.
- Б) до 3 км.
- В) до 7 км.
- Г) до 10 км.
- Д) до 15 км.

18. На каком фронте наступает мотострелковый взвод:

- А) до 1 км.
- Б) до 500 м.
- В) до 300 м.
- Г) до 200 м.
- Д) до 100 м.

19. Что занимает мотострелковое отделение в обороне:

- А) позицию
- Б) район обороны
- В) опорный пункт
- Г) полосу обороны

Д) рубеж обороны

20. Назовите один из видов боевого обеспечения войск:

- А) обеспечение техническими средствами воспитания
- Б) информационно-воспитательная работа
- В) охранение
- Г) подвоз военного имущества, продовольствия и ГСМ
- Д) эвакуация поврежденного вооружения и военной техники

21. Какие топографические карты, используемые в войсках, относятся к крупномасштабным:

- А) 1: 50000
- Б) 1: 100000
- В) 1: 200000
- Г) 1: 500000
- Д) 1: 1000000

22. Какие топографические карты, используемые в войсках, относятся к среднемасштабным:

- А) 1: 25000
- Б) 1: 500000
- В) 1: 200000
- Г) 1: 500000
- Д) 1: 1000000

23. Какие топографические карты, используемые в войсках, относятся к мелкомасштабным:

- А) 1: 25000
- Б) 1: 50000
- В) 1: 100000
- Г) 1: 200000
- Д) 1: 500000

24. На рабочей карте положение, задачи и действия своих мотострелковых, танковых, воздушно-десантных и авиационных частей и их тылы обозначаются:

- А) желтым цветом
- Б) красным цветом
- В) синим цветом
- Г) черным цветом
- Д) оранжевым цветом

25. На рабочей карте положение, действия, пункты управления, позиции огневых средств, оборонительные сооружения войск противника обозначаются:

- А) желтым цветом
- Б) красным цветом
- В) синим цветом
- Г) черным цветом
- Д) оранжевым цветом

26. На рабочей карте положение, задачи и действия своих ракетных, артиллерийских, зенитных, инженерных, химических, радиотехнических частей и подразделений, подразделений связи, радиоэлектронной борьбы, тыла и их пункты управления обозначаются:

- А) желтым цветом
- Б) красным цветом
- В) синим цветом
- Г) черным цветом
- Д) оранжевым цветом

27. Назовите предельный возраст состояния на воинском учете солдат и сержантов запаса:

- А) до 35 лет
- Б) до 40 лет
- В) до 45 лет
- Г) до 50 лет
- Д) до 63 лет

28. Назовите предельный возраст состояния на воинской службе сержантского и офицерского состава до подполковника включительно:

- А) 35 лет
- Б) 40 лет
- В) 45 лет
- Г) 47 лет

Д) 63 лет

29. Срок выслуги в воинских званиях от подполковника (капитана второго ранга) до полковника (капитана первого ранга) составляет:

- А) 2 года
- Б) 3 года
- В) 4 года
- Г) 7 лет
- Д) 9 лет

30. Срок воинской службы в календарном исчислении для военнослужащих срочной службы устанавливается:

- А) 10 месяцев
- Б) 12 месяцев
- В) 18 месяцев
- Г) 20 месяцев
- Д) 24 месяца

Практическое задание - сдача норматива (всего 8 нормативов):

1. Разборка/сборка АК-74
2. Разборка/сборка ПМ
3. Снаряжение магазина АК-74
4. Снаряжение магазина ПМ
5. Надевание противогаза ГП-7
6. Надевание ОЗК
7. Выполнение упражнения учебных стрельб №2 из ПМ
8. Выполнение упражнения начальных стрельб №2 из АК-74

5.4. Перечень видов оценочных средств

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: нормативы и тестовые задания.

1. Тестовое задание — это вид задания, используемого в тестировании. Оно включает в себя содержательную часть, вариант (ы) ответа и дистрактор (неправильный, но правдоподобный ответ).

Основные формы тестовых заданий:

Задания в закрытой форме. Задание состоит из основного текста (инструкции), служащего стимулом для ответа, и нескольких вариантов ответов, только один из которых является правильным.

Задания в открытой форме. В них не используются готовые варианты ответов, а испытуемому следует вставить недостающее слово (группу слов), что явится показателем правильности выполнения задания.

Задания на установление соответствия. В таких заданиях испытуемому предлагается восстановить соответствие между элементами двух списков.

Задания на установление правильной последовательности. Задания такого вида позволяют контролировать знания в тех видах учебной деятельности, где можно использовать повторяющиеся элементы из данной области содержания.

2. Нормативы — это упражнения, которые отрабатываются на практических занятиях по предмету "Основы военной подготовки". Они направлены на закрепление и проверку знаний материальной части оружия, мер безопасности при проведении стрельб, приёмов стрельбы, умелого владения оружием и средствами индивидуальной защиты.

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, умение применять полученные знания в решении практических задач.

Зачет может проводиться в форме тестирования или в форме ответа на вопросы экзаменационного билета. Каждый экзаменационный билет включает 2 теоретических вопроса и 1 практического задания (сдачу одного норматива).

Экзаменационный тест содержит 50 вопросов и ситуационных задач.

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

стр. 18

6.1.1. Основная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Поздняков А. В.	Общественно-государственная подготовка: учебно-методическое пособие	Москва: РТУ МИРЭА, 2019
ЛП.2	Величко В. М., Козырев В. М., Корж Н. А., Марченков А. А.	Военно-инженерная подготовка: учебное пособие	Санкт-Петербург: СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2018
ЛП.3	Косенков О. Н., Кретинин Г. В.	Военное дело в средней школе: история и современность. Преподавание начальной военной подготовки в школах Калининградской области в 1945—2007 годах: монография	Калининград: БФУ им. И.Канта, 2011
ЛП.4	Новиков А. В., Лозинский А. Г., Марусов Д. В., Смагин О. В.	Общая военная подготовка: учебное пособие [для вузов]	Санкт-Петербург: БГТУ "Военмех" им. Д.Ф. Устинова, 2023
ЛП.5	Новиков А. В., Смагин О. В., Орлов Н. Ю.	Строевая подготовка: учебное пособие	Санкт-Петербург: БГТУ "Военмех" им. Д.Ф. Устинова, 2023
ЛП.6	Большаков А. В., Вишневский И. А., Салтыков А. С.	Безопасность жизнедеятельности. Военно-медицинская подготовка: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 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)		
6.3.1.6	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.7	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			
6.3.2.1	Лань : электронно-библиотечная система издательства : [сайт]. – Москва, 2024 – Режим доступа: https://e.lanbook.com/		
6.3.2.2	КонсультантПлюс : справочная правовая система. – Москва: Консультант Плюс, 1992 – Режим доступа: https://www.consultant.ru/		
6.3.2.3	ЮРАЙТ : образовательная платформа : [сайт]. – Москва, 2024 – Режим доступа: https://urait.ru/		

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Лекции по дисциплине «Основы военной подготовки» читаются в лекционной аудитории, оснащенной проектором и экраном, компьютером для демонстрации материалов. В учебном процессе использовано оборудование для выполнения практических работ. Практические занятия проводятся в аудитории, в которой размещён электронный тир с соответствующим программным обеспечением, телевизор, компьютер с операционной системой Windows, набором стандартных офисных программ, законодательно-правовая электронная поисковая база по безопасности жизнедеятельности, электронные версии учебников пособий, методических разработок, указаний и рекомендаций по всем видам учебной работы, предусмотренных рабочей программой, находящейся в свободном доступе для студентов, обучающихся в вузе. При составлении лекционного материала используется пакет прикладных программ презентаций MS PowerPoint. Использование данной технологии обеспечивает наглядность излагаемого материала, экономит время, затрачиваемое преподавателем на построение графиков, рисунков. Материально-техническое обеспечение, необходимое для осуществления образовательного процесса, включает в себя: - лекционные аудитории, оборудованные проекционной либо телевизионной техникой, сопряжённой с персональным компьютером; - электронный тир (на два рабочих места - АК-74 и ПМ); - магнитно-маркерная доска, маркеры. - наглядные материалы (видеофильмы, учебные пособия, презентации). - полномасштабные массогабаритные макеты стрелкового учебного оружия, боеприпасов, ручных гранат, комплекты ОЗК и Л1, противогазы ГП7.

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

Студентам необходимо ознакомиться:

- с содержанием рабочей программы дисциплины (далее - РПД), с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками по данной дисциплине, имеющимся на образовательном портале университета (ДО), с графиком консультаций преподавателей кафедры.

Основными видами аудиторной работы студентов являются лекции и практические занятия. В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на семинарское занятие и указания на самостоятельную работу. В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации, положительный опыт в изучении проблем.

Практические занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине. Путем многократного, целенаправленного и сознательного повторения действий и приемов у обучающихся вырабатываются и совершенствуются необходимые навыки и умения, преподавателем осуществляется контроль степени подготовленности студентов по изучаемой дисциплине.

Практическое занятие - это занятие, проводимое под руководством преподавателя в учебной аудитории, направленное на углубление научно - теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения. Перед практическим занятием следует изучить конспект лекции и рекомендованную преподавателем литературу. На практическом занятии главное - уяснить связь решаемых задач с теоретическими положениями. На практическом занятии сочетается показ (демонстрация) действий преподавателя и практическое выполнение (тренировка) действий студентами. Проведение тренировки требует усвоения обучающимися содержания и строгой последовательности выполнения разучиваемых действий. от простого к сложному. В процессе таких занятий вырабатываются практические умения, которые затем прорабатываются сдачей соответствующих нормативов.

Готовиться к зачету необходимо последовательно, с учетом контрольных вопросов, разработанных ведущим преподавателем кафедры. Сначала следует определить место каждого контрольного вопроса в соответствующем разделе темы учебной программы, а затем внимательно прочитать и осмыслить рекомендованные научные работы, соответствующие разделы рекомендованных учебников. При этом полезно делать хотя бы самые краткие выписки и заметки. Работу над темой можно считать завершённой, если вы сможете ответить на все контрольные вопросы и дать определение понятий по изучаемой тематике. Для обеспечения полноты ответа на контрольные вопросы и лучшего запоминания теоретического материала рекомендуется составлять план ответа на контрольный вопрос. При подготовке необходимо выявлять наиболее сложные, дискуссионные вопросы с тем, чтобы обсудить их с преподавателем на обзорных лекциях и консультациях.

Нельзя ограничивать подготовку к зачету простым повторением изученного материала. Необходимо углубить и расширить ранее приобретенные знания за счет новых идей и положений. Зачет проводится по тестовым заданиям. К зачёту не может быть допущен студент, не сдавший на положительную оценку хотя один из запланированных нормативов. Присутствие на зачетах посторонних лиц, за исключением лиц, имеющих право осуществлять контроль за проведением зачетов, без разрешения проректора по учебной работе или декана факультета/директора института не допускается.

Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации и при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью.

При наличии уважительных причин и с согласия педагогического работника директор института может разрешить

пересдачу зачета по дисциплине, по которой студентом получена неудовлетворительная оценка, в период экзаменационной сессии.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Целью самостоятельной работы студентов (СРС) является освоение фундаментальных знаний, развитие ответственности и организованности, умений самостоятельно работать с учебным материалом и приобретение навыков поиска и реферирования доступной научной информации в области военной подготовки. Основной формой СРС по дисциплине «Основы военной подготовки» является работа с лекционным материалом: проработка конспекта лекций, работа на чистых страницах конспекта с терминами, дополнение конспекта материалами из рекомендованного списка литературы. Приветствуется инициатива студентов к поиску новой информации по изучаемой дисциплине, не освещенная или представленная кратко в лекционном курсе. При самостоятельной работе особое внимание следует уделить следующим темам: общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации, их основные требования и содержание, права военнослужащих, общие обязанности военнослужащих, основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия, поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения, химическое оружие, отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека, мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. СРС оценивается на практическом занятии путем устного опроса, сдачи нормативов и (возможного) тестирования. Тесты составлены с учетом лекционных материалов по каждой теме дисциплины. Тестовые задания сгруппированы в шесть блоков, согласно шести основным разделам программы дисциплины «Основы военной подготовки». Цель тестов: проверка усвоения теоретического материала дисциплины (содержания и объема общих и специальных понятий, терминологии, факторов и механизмов), а также развития учебных умений и навыков.

Работу с литературой следует начинать с анализа РПД, в которой перечислены основная и дополнительная литература, учебно-методические издания, необходимые для изучения дисциплины и работы на практических занятиях. Выбрав нужный источник, следует найти интересующий раздел по оглавлению или алфавитному указателю, а также одноименный раздел конспекта лекций или учебного пособия. В случае возникших затруднений в понимании учебного материала следует обратиться к другим источникам, где изложение может оказаться более доступным. Необходимо отметить, что работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на практических занятиях, тестированию, зачету. Она включает проработку лекционного материала – изучение рекомендованных источников и

литературы по тематике лекций. Конспект лекции должен содержать реферативную запись основных вопросов лекции, предложенных преподавателем схем (при их демонстрации), основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

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



Рабочая программа дисциплины **Философия**

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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:

экзамены 7

аудиторные занятия

32

самостоятельная работа

40

часов на контроль

36

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	7 (4.1)		Итого	
Неделя	13			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	16	16	16	16
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	40	40	40	40
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.и.н., Доц., Аптакова-Шогина Нурия Закариевна  _____

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С.  _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины "Философия" является формирование системного мировоззрения и критического мышления, приобщение к достижениям мировой философской мысли, знакомство с основными проблемами философского познания мира и развитие способности логично формулировать свои мысли и аргументированно их отстаивать.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Основы российской государственности	
2.1.2		
2.1.3		
2.1.4		
2.1.5	Обучение служением	
2.1.6	История России	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.2	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

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-1.4: Отличает факты от мнений, интерпретаций, оценок, формирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы, в том числе с применением философского понятийного аппарата	
Знать: знать основные философские категории, философские концепции и учения	
Уметь: уметь отличать факты от мнений, интерпретаций, оценок, формировать собственные мнения и суждения, аргументировать свои выводы	
Владеть: владеть навыками аргументации с применением философского понятийного аппарата	
УК-1.5: Использует в своей деятельности методы системного анализа и синтеза информации	

Знать: знать методы системного анализа и синтеза информации	
Владеть: владеть навыками использования в своей деятельности методов системного анализа и синтеза информации	

УК-5: Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	
УК-5.10: Учитывает при социальном и профессиональном общении социокультурные традиции различных социальных групп, этносов и конфессий, включая философские и этические учения	
Знать: знать историческое наследие различных социальных групп, этносов, конфессий и мировых религий	
Уметь: уметь учитывать при социальном и профессиональном общении социокультурные традиции различных социальных групп, этносов и конфессий, включая философские и этические учения	

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. История философии						
1.1	История философии /Тема/	7	0				

1.2	Введение в философию /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
1.3	Введение в философию /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
1.4	Философия Древнего Востока /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
1.5	Философия Древнего Востока /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
1.6	Философия античности /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
1.7	Философия античности /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
1.8	Философия средневековья и Нового времени /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
1.9	Философия средневековья и Нового времени /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
1.10	Философия XIX века /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
1.11	Философия XIX века /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
	Раздел 2. Модуль 2. Основные философские направления						
2.1	Основы философского знания /Тема/	7	0				
2.2	Основы онтологии /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
2.3	Основы онтологии /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
2.4	Основы гносеологии и философской антропологии /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
2.5	Основы гносеологии и философской антропологии /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			
2.6	Основы социальной философии и аксиологии /Лек/	7	2	УК-1.4-31 УК-1.5-31 УК-5.10-31			
2.7	Основы социальной философии и аксиологии /Пр/	7	2	УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-В1 УК-5.10-У1			

2.8	Самостоятельная работа /Ср/	7	40	УК-1.4-31 УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-31 УК-1.5-В1 УК-5.10-31 УК-5.10-У1			
2.9	ЭКЗАМЕН /Экзамен/	7	36	УК-1.4-31 УК-1.4-У1 УК-1.4-В1 УК-1.5-31 УК-1.5-В1 УК-5.10-31 УК-5.10-У1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для собеседования

Введение

- 1) Формы мировоззрения
- 2) Когда и где возникла философия
- 3) Объект и предмет философии
- 4) Специфика философии
- 5) Онтология: объект и предмет.
- 6) Основной вопрос онтологии. Онтологические позиции.
- 7) Гносеология: объект и предмет.
- 8) Основной вопрос гносеологии. Гносеологические позиции.
- 9) Философская антропология: объект и предмет
- 10) Социальная философия: объект и предмет
- 11) Аксиология: объект и предмет
- 12) Функции философии
- 13) Философия и религия: сходство и различия
- 14) Философия и наука: сходство и различия

Древний Восток

- 1) Основные философские учения Древней Индии и Древнего Китая
- 2) Индуизм. Древнейший философский источник.
- 3) Основные понятия индуизма.
- 4) Буддизм. Основатель. Четыре благородные истины.
- 5) Джайнизм. Основатель. Основные идеи.
- 6) Конфуцианство. Основатель. Этика конфуцианства.
- 7) Социальная философия конфуцианства. Патернализм.
- 8) Даосизм. Основатель. Онтология даосизма.
- 9) Гносеология и этика даосизма. У-вэй.

Античность

- 1) Периоды античной философии.
- 2) Первые известные греческие философы. Поиск первоначала всего сущего.
- 3) Гераклит. Основная идея.
- 4) Парменид. Основная идея.
- 5) Демокрит. Основная идея.
- 6) Сократ. Основные идеи.
- 7) Платон. Концепция двух миров. Эйдос. Объективный идеализм.
- 8) Платон. гносеологические и антропологические идеи.
- 9) Платон. Социальная философия.
- 10) Аристотель. Учение о 4 причинах бытия.
- 11) Аристотель. Логика. Законы логики.
- 12) Аристотель. Антропологические и этические идеи.
- 13) Аристотель. Социальная философия.
- 14) Основные учения эллинизма.

Средневековье и Новое время

- 1) Особенности средневековой философии
- 2) Периоды средневековой философии
- 3) Аврелий Августин: онтология
- 4) Аврелий Августин: гносеология

- 5) Аврелий Августин: философская антропология
- 6) Аврелий Августин: социальная философия
- 7) Аврелий Августин: аксиология. Теодицея – в чем суть проблемы.
- 8) Фома Аквинский: онтология
- 9) Фома Аквинский: гносеология
- 10) Фома Аквинский: философская антропология
- 11) Фома Аквинский: социальная философия
- 12) Фома Аквинский: аксиология
- 13) Спор о природе универсалий
- 14) Особенности философии Возрождения.
- 15) Выдающиеся философы эпохи Возрождения
- 16) Новый поворот в философии в 16-17 веках.
- 17) Френсис Бэкон: онтология и гносеология.
- 18) Рене Декарт: онтология и гносеология
- 19) Индукция и дедукция
- 20) Основные онтологические позиции, сформировавшиеся в период философии Нового времени. Представители этих позиций.
- 21) Субъективный идеализм: суть, представители
- 22) Особенности философии эпохи Просвещения. Основные представители
- 23) Период существования немецкой классической философии. Основные представители.
- 24) Кант: гносеология. Феномены и ноумены. Антиномии Канта.
- 25) Кант: гносеология. Апостериорное и априорное познание. Гносеологический скептицизм.
- 26) Кант: антропология.
- 27) Кант: аксиология. Категорический императив.
- 28) Кант: социальная философия.
- 29) Гегель: онтология.
- 30) Гегель: законы диалектики
- 31) Гегель: гносеология, антропология, социальная философия
- 31) Фихте: субъективный идеализм
- 32) Шеллинг: онтология
- 33) Шеллинг: гносеология, аксиология, социальная философия
- 34) Фейербах: онтология

Философия 19 века

- 1) Основные черты современной философии
- 2) Шопенгауэр: онтология
- 3) Шопенгауэр: гносеология
- 4) Ницше: онтология
- 5) Ницше: гносеология
- 6) Ницше: социальная философия
- 7) Ницше: антропология
- 8) Ницше: аксиология
- 9) Бергсон: онтология, гносеология
- 10) Фрейд: антропология
- 11) К.Маркс: онтология
- 12) К.Маркс: гносеология
- 13) К.Маркс: социальная философия
- 14) Экзистенциализм: Кьеркегор, Ясперс, Сартр, Камю
- 15) О.Конт: позитивизм
- 16) Ч.Пирс, Дж.Дьюи: прагматизм

Практические работы

1. Почитать отрывки из текста "Дао дэ цзин". Приведите примеры из текста изложения идей дао, противоречивости бытия ("инь-янь"), у-вэй.
2. Прочитать отрывок из диалога Платона "Государство". Ответить на вопросы:
 Какие занятия, по мнению Платона, формируют правителей-философов? Какие этапы отбора правителей-философов он выделяет?
 Какими качествами должны обладать стражи? Какие предметы они должны изучать для этого?
 Какой принцип отбора правителей предлагает Платон?
 Какие правила жизни правителей определяет Платон? Почему?
 Какие признаки идеального государства представлены в данных отрывках?
 Какие части души выделяет Платон и что они означают?
 Какие типы государств выделяет Платон?
 Какой тип государства Платон считает наилучшим и наихудшим?
 Чем определяется выбор типа государства по его мнению?
 Какие особенности «демократического человека» он подчеркивает?
 Почему демократия является источником тирании?

Каково положение женщин и детей в идеальном государстве Платона?

Какая особенность в жизни воинов отмечена в этом отрывке?

Кого Платон называет философами? Почему именно они должны править государством?

Какие занятия, по мнению Платона, формируют правителей-философов? Какие этапы отбора правителей-философов он выделяет?

3. Прочитать отрывок из текста А.Августина "Исповедь". Ответить на вопросы:

Какой отрывок текста демонстрирует онтологическое позицию автора? В чем проявляется диалектическое описание божественного начала?

Как описывает автор свое детство? Какой поступок вызывает в нем самые большие сожаления и почему?

Найдите отрывок, в котором говорится о «золотом правиле этики». Как он оценивает свое поведение в связи с этим нравственным правилом?

Чему и где учился автор? Почему он получил эту возможность? Кем он мечтал стать?

Какая книга перевернула мировоззрение автора? В чем содержание этого переворота?

Почему люди совершают недостойные поступки по мнению Аврелия Августина?

4. Прочитать отрывок из текста К.Маркса "Манифест коммунистической партии". Ответить на вопросы:

К какому направлению философии относятся идеи Маркса и Энгельса?

Какова основная идея марксизма? Почему марксизм часто определяют как «исторический материализм»?

Какие законы общественного развития обоснованы Марксом в данной работе? Чем отличается революционное развитие от эволюционного?

Какое определение государства («политической власти») дает Маркс в этой работе?

Насколько актуальны идеи Маркса для современного развития общества?

Тесты для промежуточной аттестации

Введение

1. Определите содержание основных аспектов философского знания

А. Онтология

Б. Гносеология

В. Философская антропология

Г. Социальная философия

Д. Аксиология

1 учение о ценностях

2 учение о познании

3 учение об обществе

4 учение о человеке

5 учение о бытии

2. Определите содержание основного вопроса философии в сфере:

А. онтологии 1. что первично - материя или сознание

Б. гносеологии 2. есть ли душа у человека

3. познаваем ли мир

3. Определите - к какому аспекту философского знания относится представленная проблема:

А. Влияние общества на развитие личности

Б. Что есть истина?

В. Бытие природы, общества и человека

Г. Проблема бессмертия души человека

Д. Нравственные ценности человека

1 Онтология

2 Гносеология

3 Философская антропология

4 Социальная философия

5 Аксиология

4. Определите соответствие:

А. предмет философии

Б. объект философии

1 общие законы развития природы, общества и человека

2 "все сущее во всей полноте своего содержания и смысла"

3 теория и практика человеческого бытия

5. Определите функции философии

А. Создание методов познания окружающей действительности

Б. Познание окружающей реальности

В. Формирование моделей будущего развития мира и общества

Г. Обобщение накопленных знаний

Д. Формирование целостной системы взглядов о мире и его закономерностях

Е. Оценка явлений окружающего мира

- 1 мировоззренческая функция
- 2 прогностическая функция
- 3 аксиологическая функция
- 4 интеграционная функция
- 5 гносеологическая функция
- 6 методологическая функция

6. Определите содержание основных функций философии:

- А. Мировоззренческая
- Б. Методологическая
- В. Гносеологическая
- Г. Аксиологическая
- Д. Эвристическая
- Е. Интеграционная

- 1 . прогнозирование будущего, создание моделей развития мира и общества
- 2 . оценка явлений окружающего мира с позиций этических, эстетических, идеологических, социальных и др. ценностей
- 3 . обобщение всех знаний, накопленных человечеством, в единую систему
- 4 . формирование целостной устойчивой системы взглядов о мире и закономерностях его существования
- 5 . познание окружающей действительности
- 6 . выработка методов познания для других наук

7. Выберите черты, характеризующие специфику философии:

- А. Практичность
- Б. Всеобщность
- В. Теоретичность
- Г. Гуманность
- Д. Трансцендентность
- Е. Рефлексивность
- Ж. Мифологичность
- З. Позитивность

8. Философское учение о ценностях называется

- А. Онтология
- Б. Аксиология
- В. Философская антропология
- Г. Социальная философия
- Д. Аксиология

9. Философское учение о познании называется

- А. Онтология
- Б. Аксиология
- В. Философская антропология
- Г. Социальная философия
- Д. Аксиология

10. Философское учение о бытии называется

- А. Онтология
- Б. Аксиология
- В. Философская антропология
- Г. Социальная философия
- Д. Аксиология

11. Философское учение о развитии общества называется

- А. Онтология
- Б. Аксиология
- В. Философская антропология
- Г. Социальная философия
- Д. Аксиология

12. Философское учение о человеке называется

- А. Онтология
- Б. Аксиология
- В. Философская антропология
- Г. Социальная философия
- Д. Аксиология

История философии

1. Укажите авторов высказываний:

- 1 Нельзя войти в одну реку дважды
- 2 Я знаю только то, что ничего не знаю, но иные и этого не знают
- 3 Платон мне друг, но истина дороже.
- 4 Мыслю - значит, существую
- 5 Знание – сила
- А. Ф.Бэкон
- Б. Сократ
- В. Гераклит
- Г. Р.Декарт
- Д. Аристотель

2. Как определял Ф.Аквинский предмет философии и теологии:

- 1 предмет философии
- 2 предмет теологии
- А. истины разума
- Б. истины откровения
- В. истины материи

3. Какие понятия в философии Аристотеля соответствуют категориям "возможное" и "действительное"

1. Возможное
2. Действительное
- А. цель: «то, для чего»
- Б. причина: «то, откуда»
- В. материя: "то, из чего"
- Г. форма: "то, что"

4. Определите основоположников рационального и эмпирического методов философии:

- 1 Эмпиризм
- 2 Рационализм
- А. И.Кант
- Б. Ф.Бэкон
- В. Р.Декарт

5. Определите содержание философских категорий:

1. плюрализм А. наличие одной субстанции – материальной или идеальной
2. дуализм Б. наличие двух субстанций – материальной и идеальной
3. монизм В. наличие множества субстанций

6. Определите содержание категорий познания И.Канта

- 1 Априори
- 2 Апостериори
- А. знание на основе ощущений, полученное путем опыта
- Б. доопытное знание, данное разуму человека с рождения
- В. знание на основе религиозной веры

7. Определите содержание категорий познания И.Канта

- 1 внешние аспекты бытия предметов, доступные познанию через ощущения
- 2 внутренняя сущность предметов, недоступная познанию ("вещь в себе")
- А. априори
- Б. феномены
- В. ноумены

8. Определите суть основных философских течений эпохи эллинизма:

1. киники
2. скептики
3. эпикурейцы
4. стоики
- А. критическое отношение к государству, семье, труду: освобождение от желаний как путь к счастью
- Б. гедонизм: созерцательное отношение к жизни, получение наслаждение как цель человеческого существования
- В. следование судьбе и долгу, воля как ведущий феномен в жизни человека
- Г. воздержание от категорических суждений ради спокойного существования

9. Отметьте авторов представленных философских трудов:

- 1 "О граде Божьем"
- 2 "Новый Органон"
- 3 "Рассуждения о методе"

4 "Лунь Юй"

5 "Дао дэ Цзин"

6 "Логика"

А. Аристотель

Б. Конфуций

В. Р.Декарт

Г. Августин Аврелий

Д. Лао Цзы

Е. Ф.Бэкон

10. Определите, какое первоначало мира выделялось следующими философами:

1 Фалес

2 Демокрит

3 Гераклит

4 Анаксимандр

5 Анаксимен

А. Воздух

Б. Огонь

В. Вода

Г. Апейрон

Д. Атом

11. К каким философским направлениям относятся основные идеи представленных философов:

1. И.Кант А. онтология

2. К.Маркс Б. гносеология

3. Ф.Ницше В. социальная философия

4. З.Фрейд Г. философская антропология

5. Г.Гегель Д. аксиология

12.. На основе каких логических методов формируется эмпирическое и рациональное познание:

1 рациональное познание

2 эмпирическое познание

А. индукция - от частного к общему

Б. дедукция - от общего к частному

13. Выберите создателей теории атомизма в античной философии:

А. Демокрит

Б. Гераклит

В. Платон

Г. Левкипп

14. Кто из средневековых философов сформулировал 5 доказательств бытия Бога, являющихся основой современной христианской теологии:

А. Николо Макиавелли

Б. Фома Аквинский

В. Августин Блаженный

Г. Никола Кузанский

15. Выделите представителей агностицизма:

А. Д.Беркли

Б. Б.Спиноза

В. Р.Декарт

Г. Д.Юм

Д. Ф.Бэкон

16. Древнейшим философским письменным источником являются древнеиндийский трактат:

А. "Дао дэ Цзин"

Б. "Веды"

В. "Лунь Юй"

Г. "О природе вещей"

17. Бытие как развертывание абсолютного духа представлена в философской концепции:

А. Л.Фейербаха

Б. И.Канта

В. Г.Гегеля

Г. К.Маркса

18. Диалектика является основой концепции немецкого философа:

- А. Л.Фейербаха
- Б. И.Канта
- В. Г.Гегеля
- Г. М.Штирнера
- Д. Ф.Ницше

19. Созданная Г.Гегелем модель развития "тезис-антитезис-ситез" называется в современной философии:

- А. законом отрицания отрицания
- Б. законом антиномии
- В. законом единства и борьбы противоположностей
- Г. законом прогресса

20. Концепция диалектики наиболее полно впервые представлена в учении античного философа:

- А. Аристотеля
- Б. Парменида
- В. Гераклита
- Г. Конфуция

21. Диалектика – это:

- А. учение о бытии как объекте философии
- Б. учение о познании роли народных масс в истории
- В. учение о закономерностях развития, движения

22. Тезис И.Канта "свобода есть, и ее нет" определяется философом как:

- А. Апостериори
- Б. Априори
- В. Феномен
- Г. Ноумен
- Д. Антиномия

23. Основной нравственный закон в философии И.Канта:

- А. антиномия
- Б. трансцендентный императив
- В. категорический императив
- Г. априорный императив

24. Выделите философские основы конфуцианства:

- А. аксиология (проблемы морали и этики)
- Б. онтология (проблемы мироздания, бытия)
- В. социальная философия (проблемы государства)
- Г. гносеология (проблемы познания общества и человека)

25. Основателем религиозно-философского учения "даосизм" является:

- А. Конфуций
- Б. Платон
- В. Гаутама (Будда)
- Г. Лао Цзы

26. Создателями философского направления "диалектический материализм" являются

- А. К.Маркс
- Б. Г.Гегель
- В. Ф.Энгельс
- Г. Л.Фейербах

27. Выделите представителей немецкой классической философии:

- А. И.Кант
- Б. Р.Декарт
- В. Б.Спиноза
- Г. Г.Гегель
- Д. Д.Локк
- Е. Л.Фейербах
- Ж. Ф.Вольтер

28. Какие из предложенных понятий составляют содержание философии Ф.Ницше:

- 1. воля к жизни
- 2. мировой дух
- 3. нигилизм
- 4. воля к власти
- 5. сверхчеловек

29. Понятия «благородный муж», «человеколюбие», «ритуал» являются центральными категориями:

1. античной философии
2. конфуцианства
3. даосизма
4. буддизма

30. Автор понятия "бытие":

- А. Платон
- Б. Аристотель
- В. Гераклит
- Г. Парменид

31. Политическое учение Конфуция предполагает с одной стороны - заботу государства о подданных, с другой стороны - беспрекословное повиновение подданных в отношении власти. Это принцип –

- А. Патернализма
- Б. Невмешательства
- В. Демократии
- Г. Толерантности
- Д. Автократии

32. Кто из античных философов сравнивал реальный мир с "пещерой", в которой люди видят лишь "тени" идей (эйдосов), существующих в отдельном, независимом от природно-человеческого, мире

- А. Платон
- Б. Аристотель
- В. Гераклит
- Г. Парменид

33. Выберите представителей иррационализма в европейской философии XIX века:

1. Ф.Ницше
2. Ф.Гегель
3. А.Шопенгауэр
4. К.Маркс

34. Многотомный труд философов эпохи Просвещения, вобравший в себя все знание, накопленное к тому времени европейской наукой:

- А. Апология разума
- Б. Рассуждения о методе
- В. Энциклопедия
- Г. Критика чистого разума

35. Создатель самой обширной философской системы в античном мире (более 150 трудов по логике, онтологии, естествознанию, социальной философии, риторике и т.д.):

- А. Аристотель
- Б. Платон
- В. Конфуций
- Г. Сократ
- Д. Лао Цзы
- Е. Будда

36. Выберите представителей античной философии:

1. Аврелий Августин
2. Гераклит
3. Конфуций
4. Платон
5. Аристотель
6. Сократ
7. Будда

37. Кто из античных философов определил главным предметом своей философии проблемы человека, что стало переворотом в философии древнего мира?

- А. Платон
- Б. Аристотель
- В. Сократ
- Г. Гераклит

38. Автор метода познания "майевтика" - рождение истины через спор, диалог.

1. Сократ

2. Платон
3. Аристотель
4. Будда

39. Автор учения, в котором жизнь человека определяется как страдание ("Четыре благородные истины"), и формулируются способы изменения этого ("Благородный восьмеричный путь"):

- А. Лао Цзы
- Б. Конфуций
- В. Будда
- Г. Сократ

40. Принцип даосизма "уей" означает:

- А. "толерантность" - сосуществование различных взглядов
- Б. "плюрализм" - множественность путей развития человека
- В. "активность" - преобразовательная деятельность человека
- Г. "недеяние" - невмешательство в естественный ход вещей

41. Кто из великих философов был учителем А.Македонского?

- А. Аристотель
- Б. Платон
- В. Сократ
- Г. Гераклит

42. Выделите религиозно-философские системы Древнего Китая:

- А. Индуизм
- Б. Зороастризм
- В. Даосизм
- Г. Буддизм
- Д. Конфуцианство
- Е. Синтоизм

43. Аристотель выделил положительные и отрицательные формы государственного правления. Выберите положительные формы:

- А. Монархия
- Б. Аристократия
- В. Полиция
- Г. Демократия
- Д. Тирания
- Е. Олигархия

44. Автор концепции бессознательного в структуре человеческой личности:

1. З.Фрейд
2. И.Кант
3. К.Маркс
4. Сократ

45. Напишите имя античного философа, чьи труды дошли до нас в форме диалогов

Основы онтологии

1. Определите понятия:

1. Признание причинности всех явлений, позволяющее осуществлять прогноз событий
2. Отрицание жестких причинных связей между явлениями, невозможность прогнозировать развитие явлений

- А. детерминизм
- Б. индетерминизм
- В. действительность
- Г. возможность

2. Определите содержание философских категорий:

1. Монизм
2. Дуализм
3. Плюрализм

- А. Наличие одной субстанции (материальной или идеальной)
- Б. Наличие двух субстанций (материальной и идеальной)
- В. Наличие множества субстанций

3. Что определяется источником движения в материализме и идеализме:

1. Источник движения – сама материя (внутренние противоречия) А. материализм

2. Источник движения – вне материи, некая духовная субстанция Б. идеализм

В. дуализм

4. Определите понятие:

1. Единство существенных свойств объекта, его внутренней и внешней устойчивости

2. Внешнее взаимоотношение предметов, их частей, свойств, связей: число, величина, объем, множество, класс, степень

3. Зона, в пределах которой данное количество варьируется в силу изменения количества отдельных свойств, сохраняя при этом свои существенные характеристики

А. Качество

Б. Количество

В. Мера

5. Определите содержание понятий:

1. Доминирование объективного бытия

2. Доминирование субъективного бытия (сознания, идеи и т.д.)

3. Параллельное, независимое существование объективного и субъективного бытия

А. идеализм

Б. дуализм

В. материализм

6. Соотнесите:

1. Материализм - это

2. Идеализм – это:

3. Дуализм – это:

А. Признание духовной субстанции первичной

Б. Признание материальной субстанции первичной

В. Независимое сосуществование материальной и духовной субстанции

7. Определите понятия:

1. Наличие в объекте противоположных сторон, которые в составе данного объекта существуют в единстве.

2. Утверждение последующей стадии развития через разрушение предыдущей и вместе с тем - сохранение некоторых элементов разрушаемой стадии

3. Тип связи, который обусловлен несущественными, внешними для данного явления причинами

4. Жесткий, закономерный тип связи явлений, определяемый совокупностью существенных условий возникновения

А. Случайность

Б. Необходимость

В. Отрицание

Г. Противоречие

8. Определите понятие:

1. Объект, имеющий неповторимую специфику, индивидуальность -

2. Свойства или отношения, характерные для определённого класса предметов и событий -

3. Способ объединения общего и единичного в одном явлении

А. Общее

Б. Особенное

В. Единичное

9. Определите содержание основного вопроса в сфере

1. онтологии

2. гносеологии

3. аксиологии

А. что первично – материя или сознание?

Б. познаваем ли мир?

В. что есть благо (ценность)?

10. Определите философскую категорию:

1. Осуществлённая реальность

2. Потенциальная реальность:

3. Генетическая связь явлений, в которой одно порождает другое, аспекты процесса всеобщего взаимодействия -

4. Степень возможной реализации данного события при данных условиях -

А. Действительность

Б. Возможность

В. Причинность

Г. Вероятность

11. Определите понятия:

1. Категория, отражающая процессы воздействия различных объектов друг на друга, их взаимообусловленность,

порождение одним объектом другого.

2. Необратимое, закономерное изменение материальных и идеальных объектов, приводящее к возникновению нового качества.

3. Свойство бытия, отражающее бесконечную, многообразную зависимость всех предметов и явлений мира

А. Связь

Б. Развитие

В. Взаимодействие

12. Какие направления философии представлены в учениях следующих философов::

1. К.Маркс А. субъективный идеализм

2. Платон Б. дуализм

3. Д.Беркли В. материализм

4. Р.Декарт Г. объективный идеализм

13. К каким формам движения относятся следующие примеры:

1.Физическая форма движения А. падение метеорита

2.Биологическая форма движения Б. растворение сахара в чае

3.Социальная форма движения В. электричество

4.Химическая форма движения Г. появление весной на деревьях листьев

5.Механическая форма движения Д. Великая Отечественная война

14. Определите категории:

1. Внешняя грань предмета, один из аспектов ее бытия -

2. Внутренняя сокровенность вещей, предельное основание бытия объекта. -

3. Фиксированная определенность некоторого содержания («внешний вид», «способ организации»)

4. Совокупность элементов целого в их взаимодействии

А. Явление

Б. Сущность

В. Форма

Г. Содержание

15. Выберите синонимы понятия «бытие»:

А. Реальность

Б. Материя

В. Метафизика

Г. Экзистенция

Д. Сущее

Е. Действительность

Ж. Пространство

З. Диалектика

16. Основные философские законы движения сформулировал немецкий философ:

1. Р.Декарт

2. Г.-Ф. В. Гегель

3. Ф.Бэкон

4. И.Кант

17. Способ бытия всего материального и духовного – это

1. время

2. движение

3. пространство

4. объективность

18. Законы развития бытия изучает:

1. теология

2. диалектика

3. метафизика

4. аксиология

19. Выберите законы диалектики:

1. Социальный детерминизм

2. Единство и борьба противоположностей

3. Переход количества в качество

4. Имманентность бытия

5. Отрицание отрицания

20. Выберите виды материи, существование которых доказано современной наукой:

А. Вещество

- Б. Поле
- В. Металлы
- Г. Эфир

21. Вода находится в жидком состоянии при температуре от 0 до 100 градусов Цельсия. Это характеристика

- 1. количества
- 2. качества
- 3. меры

22. Выделите проблемы онтологического характера:

- Поиск первоначала всего сущего
- Взаимозависимость пространства и времени
- Структура бытия
- Происхождение человека
- Конфликтная природа общества
- Методы познания
- Сущность добра и зла

23. Предметом какой науки являются проблемы бытия, всего сущего:

- 1. Онтологии
- 2. Гносеологии
- 3. Социальной философии
- 4. Философской антропологии
- 5. Аксиологии

24. Выделите основные характеристики времени:

- 1. Одномерность
- 2. Длительность
- 3. Трехмерность
- 4. Протяженность
- 5. Движение

25. Выделите основные характеристик пространства:

- 1. Протяженность
- 2. Трехмерность
- 3. Длительность
- 4. Одномерность
- 5. Движение

26. Развитие системы, в результате которого новое качество сложнее, более совершенное предыдущего качества (усложнение системы) - это

- 1. Изменение
- 2. Фатализм
- 3. Регресс
- 4. Прогресс

27. Какое изменение становится развитием:

- 1. когда изменение становится необратимым
- 2. когда наблюдается высокий темп изменений
- 3. относится только к изменениям в социуме
- 4. когда в результате изменения появляется новое качество объекта

28. Развитие системы, в результате которого новое качество проще, менее совершенно прежнего первоначального качества (упрощение системы)

- 1. Детерминизм
- 2. Фатализм
- 3. Регресс
- 4. Прогресс

29. Выделите элементы неорганической материи

- Атомы
- Вакуум
- Галактика
- Семья
- Клетки
- Народ
- Молекула
- Белки

30. Выделите элементы органического уровня материи

Белки
Нуклеиновые кислоты (ДНК и РНК)
Биосфера
Семья
Клетки
Народ
Молекула
Атом

31. Выделите элементы социального уровня материи

Каста (сословие)
Нуклеиновые кислоты (ДНК и РНК)
Галактика
Биосфера
Семья
Народ (этнос)
Расы
Молекула

32. Философское учение XX века, предметом которого является бытие человека ("Я-бытие")

Семиотика
Гносеология
Герменевтика
Экзистенциализм

33. Предельное понятие о сущем, самое абстрактное онтологическое понятие:

...

34. Объективная реальность, данная нам в ощущениях – это

....

Основы гносеологии

1. Определите виды познания:

1. Основано на объяснении и обобщении фактов, абстрактное, объективное, выявлении законов, предвидении
2. Основной целью является создание новых вещей ("второй природы")
3. Целостное, образное, на основе чувств, уникальное, личностно-субъективное знание
4. Основано на здравом смысле, без рефлексии, на основе фактов, для повседневного поведения

А. обыденное
Б. практическое
В. научное
Г. художественное

2. Определите основоположников рационального и эмпирического методов философии

1. рационализм А. Ф.Бэкон
2. эмпиризм Б. Р.Декарт
- В. И.Кант

3. Какую гносеологическую позицию отражают следующие утверждения

1. мир познаваем
 2. мир непознаваем
 3. мир познаваем, но есть сомнения в истинности получаемого знания
- А. оптимизм
Б. скептицизм
В. агностицизм

4. Соотнесите признаки науки с примерами:

1. объект науки А. ученый-философ
2. предмет науки Б. бытие
3. субъект науки В. законы развития бытия
4. методология науки Г. журнал «Вопросы философии»
5. инфраструктура науки Д. индукция, дедукция

5. Определите содержание форм рационального познания:

1. Понятие (дефиниция) -

2. Суждение -

3. Умозаключение -

А. это мысль, в которой отражаются общие, существенные свойства и связи предметов

Б. это мысль, в которой посредством связи понятий утверждается (или отрицается) что-либо о чем-либо

В. это рассуждение, в ходе которого из сопоставления суждений, выводится новое суждение

6. Определите содержание форм эмпирического познания:

1. ощущение

2. восприятие

3. представление

А. это чувственный образ отдельных сторон, явлений объективного мира

Б. это - синтез ощущений в целостный образ

В. это целостный чувственный образ реальности, сохраняемый и воспроизводимый в сознании посредством памяти

7. Какие из представленных форм относятся к эмпирическому и рациональному познанию:

1. ощущение

2. восприятие

3. представление

4. понятие

5. суждение

6. представление

А. рациональное познание

Б. эмпирическое познание

8. На основе каких логических методов формируется эмпирическое и рациональное познание:

1. рациональное познание

2. эмпирическое познание

А. дедукция – от общего к частному

Б. индукция – от частного к общему

В. аналогия - на основе сравнения

9. Активное отражение реальности в сознании человека – это:

1. Практика

2. Познание

3. Бытие

4. Материям

10. Форма духовной деятельности людей, имеющая целью постижение истины и открытие законов на основе обобщения реальных фактов – это

Наука

Практика

Философия

Искусство

11. Устойчивый, повторяющийся, необходимый тип связи между явлениями – это

А. Следствие

Б. Вероятность

В. Закон

Г. Тенденция

12. Определите содержание понятий:

1 Адекватное отражение объекта познающим субъектом, воспроизводящее реальность такой, каковая она есть - это

2 Знание, не соответствующее реальности, но принимаемое за истинное - это

3 Сознательное искажение действительного состояния дел, имеющее целью ввести кого-либо в обман- это

А. Заблуждение

Б. Ложь

В. Истина

13. Определите содержание методов:

1 Мысленное разложение предмета на элементы –

2 Мысленное объединение в единое целое выделенных элементов -

3 От частного (единичного факта) к общему (теории) -

4 От общей гипотезы к частному факту –

5 Мысленное выделение предмета (его свойства) вне его связи с другими предметами (свойствами), выделение существенных моментов предмета –

6 Практическое или теоретическое оперирование объектом, при котором изучаемый предмет замещается естественным или искусственным аналогом –

- А. Синтез
- Б. Анализ
- В. Дедукция
- Г. Индукция
- Д. Моделирование
- Е. Абстрагирование

14. Определите содержание методов:

- 1 Установление различия и сходства –
- 2 Изучение истории возникновения и развития предмета в конкретной реальности –
- 3 Вероятное заключение о сходстве двух предметов в каком-либо признаке на основании установленного сходства в других признаках –
- А. Аналогия
- Б. Исторический
- В. Сравнительный

15. Соотнесите основные позиции по вопросу о познаваемости мира:

- 1 мир познаваем
- 2 мир непознаваем
- 3 мир познаваем, но есть сомнения в истинности получаемого знания
- А. скептицизм
- Б. агностицизм
- В. оптимизм

16. Определите содержание понятий:

- 1. объект
- 2. субъект
- А. активное начало процесса познания
- Б. пассивное начало процесса познания
- В. системное начало процесса познания

17. Какой критерий истины является самым надежным и эффективным:

- А. ясность и непротиворечивость мысли
- Б. уверенность в ее достоверности
- В. практика
- Г. красота (эстетический критерий)
- Д. общезначимость, принятие большинством

18. Приемы и средства получения нового знания - это:

- А. Парадигмы
- Б. Методы
- В. Наблюдение
- Г. Гипотезы

19. Выберите методы рационального познания:

- А. Гипотеза
- Б. Наблюдение
- В. Эксперимент
- Г. Теория (концепция)

20. Выберите методы эмпирического познания:

- А. Гипотеза
- Б. Наблюдение
- В. Эксперимент
- Г. Теория

21. Открытие законов функционирования реальности является

- Предметом науки
- Объектом науки
- Методологией науки
- Субъектом науки

22. Принцип объективности в научном познании – это

- 1. независимость познания от субъективной воли и желаний
- 2. наличие прошлого у любого события (исторический генезис)
- 3. бесконечно многообразная зависимость всех вещей и явлений в мире
- 4. отрицание причинных связей между явлениями

23. Принцип системности опирается на понятия

Элементы
Структура
Функции
Среда
Развитие
Историческое прошлое
Причина

24. Выделите принципы научного познания:

Системность
Объективность
Детерминизм
Конкретность
Индукция
Эксперимент
Дуализм

25. Выделите законы диалектики:

Закон отрицания отрицания
Закон перехода количественных изменений в качественные
Закон единства и борьбы противоположностей
Закон тождества
Закон исключенного третьего
Закон всеобщей связи и развития

26. Выберите синонимы понятия "теория познания":

Гносеология
Эпистемология
Онтология
Диалектика
Методология

28. Предельно общее понятие в науке -

..... (категория)

Основы социальной философии и философской антропологии

1. Соотнесите аспекты человеческого бытия с философскими категориями:

А. индивид (человек)

Б. личность

В. индивидуальность

1. единичное

2. особенное

3. общее

2. Определите содержание аспектов человеческого бытия:

А. Индивид

Б. Личность

В. Индивидуальность

1. социальное содержание

2. биологическое содержание

3. психологическое содержание

3. Определите содержание:

1. Приоритет воспитания и среды в формировании личности

А. панбиологизм

2. Приоритет генетической наследственности в формировании личности

Б. пансоциологизм

В. пантеизм

4. Определите содержание понятий:

А. Низшая, конкретная ступень логического мышления, практическая умственная деятельность - это

Б. Высшая, теоретическая ступень логического мышления, направленное на познание истины - это

В. Нравственный ум; знание, игнорирующее собственную выгоду - это

1. Разум

2. Рассудок

3. Мудрость

5. Определите элементы сознания:

1. Чувства, настроения А. Разум
2. Эмпирическое и рациональное мышление Б. Эмоции
3. Действия, направленные на удовлетворение потребности В. Воля

6. Определите содержание структурных элементов личности в психоаналитической концепции З.Фрейда:

- А. Оно (Ид) –
- Б. Я (Эго) –
- В. Сверх-Я (Супер-Эго) –
1. сознательное начало, осуществляющее выбор между желаниями и запретами
2. сфера общественных культурных норм и запретов
3. бессознательная сфера влечений и желаний

7. Автор понятия "ноосфера"

- А. В.И.Вернадский
- Б. В.С.Соловьев
- В. Н.А.Бердяев
- Г. Б.Рассел

8. Аристотель заявил: "Человек - социальное животное". Какой аспект человеческой личности отсутствует в этом определении?

- А. Биологический
- Б. Социальный
- В. Психологический

9. Выберите проблемы, относящиеся к сфере философский антропологии:

- Происхождение государства
- Бытие природы, общества, человека
- Происхождение человека
- Соотношение биологического и социального в человеке
- Смысл жизни
- Проблемы истины познания
- Способы познания окружающего мира
- Сознание человека

10. Когда возник «человек разумный» (homo sapiens)?

- 15 тыс. лет назад
- 40 тыс. лет назад
- 2 млн. лет назад
- 150 тыс. лет назад
- 500 тыс лет назад

11. Сфера взаимодействия человека и природы, в которой деятельность человека становится определяющим фактором развития – это

- А. Биосфера
- Б. Атмосфера
- В. Ноосфера
- Г. Геосфера

12. Определите течения панбиологического характера (доминирование генетической заданности в развитии человека)

- А. Педагогика
- Б. Евгеника
- В. Расизм
- Г. Психология
- Д. Социал-дарвинизм
- Е. Коммунизм

13. Осознание человеком своих действий, чувств, мыслей, мотивов поведения, интересов, своего положения в обществе – это

- А. Абстрагирование
- Б. Рефлексия
- В. Индукция
- Г. Идеализация
- Д. Перфекционизм

14. Выберите характеристики сознания:

- А. высшая функция мозга
- Б. связано с речью

- В. предвидение результатов деятельности
- Г. совокупность рефлексов
- Д. целенаправленное и абстрактное отражение
- Е. сфера инстинктов
- Ж. регулирование сердечно-сосудистой системы

15. Какие факторы повлияли на возникновение человека разумного (homo sapiens)?

- Вмешательство инопланетян
- Мутации после повышения уровня солнечной радиации
- Изменение климата – похолодание
- Изменение климата - потепление
- Естественный отбор
- Вымирание динозавров
- Совместный труд

1. Соотнесите основные потребности человека (по А.Маслоу) с основными видами общественных отношений:

- А. физиологические потребности
 - Б. потребность в безопасности
 - В. потребности в идентичности (общении) и признании
 - Г. потребности в самореализации (самовыражении)
- 1 экономические отношения
 - 2 социальные отношения
 - 3 духовные отношения
 - 4 политические отношения

2. Определите модель развития общества:

1. прогрессивное развитие от примитивных форм общества к более сложным и совершенным
 2. развитие как чередование периодов расцвета и упадка во всех сферах общественной жизни
 3. развитие как смена замкнутых локальных культур
- А. цивилизационная модель
 - Б. линейная модель
 - В. волновая модель

3. Определите содержание понятий:

- А. Род – это
 - Б. Племя – это
 - В. Народ - это
 - Г. Нация – это
- 1 политическая общность людей (единство в рамках государства)
 - 2 объединение нескольких родов на одной территории
 - 3 общность людей, проживающих на одной территории, связанных единством экономической жизни, языка и культуры
 - 4 кровнородственное объединение людей

4. Определите политическую категорию:

1. институт политической власти
 2. отношения больших социальных групп по поводу власти
 3. способ осуществления власти
 4. распределение полномочий между территориальными частями государства
 5. распределение полномочий между законодательной, исполнительной и судебной властями
 6. способность, возможность и право одних социальных групп навязывать свою волю другим группам
- А. власть
 - Б. государство
 - В. форма правления (монархия, республика)
 - Г. государственное устройство (федерация, унитарное государство)
 - Д. политический режим (тоталитаризм, авторитаризм, демократия)
 - Е. политика

5. Определите, к какому типу глобальных проблем относятся представленные проблемы:

1. загрязнение окружающей среды А. экологические проблемы
2. перенаселение планеты Б. социальные проблемы
3. терроризм В. политические проблемы
4. нехватка продовольствия Г. экономические проблемы
5. мировые эпидемии болезней
6. разрушение озонового слоя
7. гонка вооружений
8. дефицит энергоресурсов

6. Определите формы духовности:

1. ориентация на бескорыстную помощь людей А. альтруизм
2. ориентация на получение личной выгоды Б. эгоизм
3. ориентация на ограничение потребностей В. аскетизм
4. ориентация на получение удовольствия, наслаждения Г. гедонизм

7. Определите содержание форм этнического сознания:

- А. Патриотизм
- Б. Национализм
- В. Расизм
- Г. Шовинизм
- Д. Космополитизм

1. любовь к отечеству, "месту рождения"
2. привязанность к этнической культуре, "своему народу"
3. дискриминация людей по цвету кожи
4. чувство национального превосходства, обоснование «права» на угнетение других народов
5. «любовь ко всему миру»

8. Что лежит в основе данных общественных отношений:

1. экономические отношения А. власть
2. политические отношения Б. собственность
3. социальные отношения В. ценности
4. духовные отношения Г. статус

9. Выделите виды общественного сознания:

- Политическое
- Экономическое
- Нравственное (этическое)
- Эстетическое
- Религиозное
- Социологическое
- Биологическое
- Сексуальное

10. Выделите экономические виды отношений:

- Завоевание власти
- Производство
- Потребление
- Обмен
- Потребление
- Гражданская война
- Освоение космоса
- Научные исследования

11. Выберите категории политической философии:

- Государство
- Власть
- Гражданское общество
- Форма правления
- Деньги
- Этнос
- Собственность
- Сословие (каста)

12. Выберите категории экономической философии:

- Труд
- Собственность
- Деньги
- Государство
- Власть
- Идея
- Искусство
- Стоимость

13. Выделите критерии социального прогресса:

- Чувство удовлетворенностью жизнью
- Степень развития искусства
- Уровень технологической оснащенности

- Уровень материальной обеспеченности
- Наличие прав и свобод личности
- Средняя продолжительность жизни
- Уровень детской и материнской смертности
- Показатели физического и душевного здоровья

14. Что определяет суть материалистического понимания истории?

- экономика ("базис") определяет развитие политической, духовной и социальной сферы ("надстройка")
- политика и религия ("надстройка") определяют развитие общества ("базиса")
- социальные потребности в общении и признании
- историческое развитие определяют выдающиеся личности

15. Общество – совокупность индивидов, объединенных (выберите типы отношений):

- Экономическими отношениями
- Политическими отношениями
- Социальными отношениями
- Духовными отношениями
- Биологическими отношениями
- Психологическими отношениями
- Конкурентными отношениями
- Сексуальными отношениями

16. Отказ от войны как средства разрешения споров, антивоенное движение за мир – это

- Пацифизм
- Либерализм
- Militarизм
- Социализм

17. Право владеть, пользоваться и распоряжаться приобретенными благами – это:

- Власть
- Деньги
- Собственность
- Стоимость

18. Определите, какой принцип соответствует представленным типам цивилизаций:

1. западная цивилизация А. коллективизм
2. восточная цивилизация Б. индивидуализм
- В. перфекционизм

5.2. Темы письменных работ

Творческая работа (эссе) по фильму "Барака"

Посмотреть фильм и ответить на вопросы:

1. Почему авторы отказались от словесного сопровождения видеоряда, ограничившись только музыкой?
2. Какова, на Ваш взгляд, основная идея фильма?
3. Вы – «представитель инопланетной цивилизации». Этот фильм для Вас является единственным источником информации о человечестве. Исходя из этого фильма, что вы напишите в отчете о человечестве как самой развитой форме жизни на Земле?
4. Как оценивают перспективы человечества авторы фильма?
5. Какой сюжет фильма наиболее впечатлил Вас?

5.3. Фонд оценочных средств

Введение

Если человек верит в Бога – какова его онтологическая позиция?

К какой онтологической позиции относятся взгляды о том, что человек произошел от обезьяны?

К какой онтологической позиции Вы отнесете поговорку «в здоровом теле здоровый дух»?

К какой онтологической позиции Вы отнесете мнение Гегеля: «...все духовное лучше какого бы то ни было продукта природы»?

К какой онтологической позиции Вы отнесете следующее мнение: «Природа в ее простой истине является более великой и прекрасной, чем любое создание человеческих рук, чем все иллюзии сотворенного духа...»

Утверждение того, что наука способна в перспективе решить все проблемы человека, определяется какой гносеологической позицией?

Точка зрения, что все в мире случайно, все решает удача, поэтому невозможно предопределить будущее, определяется какой гносеологической позицией?

К какой гносеологической позиции вы отнесете взгляды Иммануила Канта об ограниченности человеческих способностей к познанию?

К какой гносеологической позиции вы отнесете афоризм «Знание - сила»?

Может ли быть человек философом и при этом верить в Бога?

Какие книги, прочитанные Вами, Вы бы назвали философскими и почему?

Какие фильмы, прочитанные Вами, Вы бы назвали философскими и почему?

Древний Восток

Ключевое понятие буддизма.

Как Вы понимаете, что такое «нирвана»?

Что важного может почерпнуть современный человек из буддизма?

Почему в Индии мало последователей буддизма, но много – в Китае и Японии?

Почему буддизм признан мировой религией, а индуизм, конфуцианство и даосизм – признаются национальными «религиями»?

В чем современность идеи «ахимсы»? К какой современной идеологии (общественному течению) можно отнести эту идею?

Какова главная черта идеального человека («благородного мужа») по мнению Конфуция?

В каком учении впервые сформулировано «золотое правило этики»?

Какой тип государства (тоталитарное, авторитарное, демократическое, либеральное, тираническое, олигархическое и т.д.) наиболее близок идее патернализма?

Как Вы понимаете, что такое «дао»?

Как вы понимаете символ «инь-янь»?

К какому направлению философии относится буддизм?

К какому направлению философии относится конфуцианство?

К какому направлению философии относится даосизм?

Античность

Почему первый период в истории античной философии называется НАТУРФилософией? Почему натурфилософов иногда называют досократиками? Что объединяет натурфилософов?

К какому направлению философии относятся учения досократиков (натурфилософов)?

Объясните афоризм Гераклита «Нельзя в одну реку войти дважды».

Объясните содержание понятия «противоречие».

Чем «милетская» школа натурфилософии отличается от «элейской»?

Почему учение Демокрита определяют как материалистическое?

Какие важные философские понятия (учения) «подарили» нам натурфилософы?

К какому направлению философии относятся учения натурфилософов?

Прочитайте биографию Сократа. Как вы оцените образ жизни Сократа? Что давало ему средства к существованию?

Почему Сократ добровольно принял казнь (выпил яд), хотя у него была возможность бежать из тюрьмы?

Объясните суть «философской революции» Сократа.

Какой метод познания человека использовал Сократ? Чем диалектика Сократа отличается от диалектики Гераклита?

Какой смысл вкладывается в понятие «рациональная этика»? В чем суть рациональной этики Сократа? Вы согласны с Сократом, что чем больше знает человек, тем более совершенным и нравственным он становится?

Как соотносить тезис «горе от ума» («многие знания – многие печали») с рациональной этикой Сократа?

К какому направлению философии относится философия Сократа?

Как Вы понимаете фразу – «античная философия была первой рационалистической философией»?

В какой форме дошли до нас труды Платона? Кто является главным героем этих произведений?

Какое онтологическое направление возникло из учения Платона о двух мирах? Поясните его суть.

Какие учебные заведения открыли Платон и Аристотель?

Почему на картине Рафаэля Платон указывает пальцем вверх, в небо, а Аристотель указывает вниз, на землю?

Изучите характеристики идеального государства Платона. Почему эту модель некоторые ученые характеризуют как первую социалистическую, а другие – как первую тоталитарную модель государства?

Назовите основные труды Аристотеля, относящиеся к разным философским направлениям? (к онтологии, гносеологии и т.д.)

К какому онтологическому направлению вы отнесете аристотелевскую концепцию о четырех причинах бытия?

Что изучает логика?

Как вы понимаете определение Аристотеля: «человек – общественное животное»? Согласны Вы с ним?

Чем классификация государств у Аристотеля отличается от платоновской классификации? Какой тип считали идеальным Платон и Аристотель?

Идеи какой восточной философии наиболее близки этической концепции срединной добродетели Аристотеля?

Как вы понимаете высказывание Аристотеля «Платон мне друг, но истина дороже»?

Почему именно этика является главным содержанием философии эллинизма? С какими историческими процессами это связано?

Какое этическое учение эллинизма наиболее близко Вам?

Каких людей мы сейчас называем циником (от киников), стоиком, скептиком, эпикурейцем?

Объясните содержание понятия «калокагатия». Чем этот идеал человека отличается от «благородного мужа» Конфуция?

Почему в античную эпоху так популярна была философия, как вы думаете?

Средневековье и Новое время

Объясните содержание понятий «религия» и «церковь». Какая религия определила развитие философии в средние века?

Догма и догмат – в чем сходство и различие

Что такое теология и теоцентризм. К какому онтологическому направлению относится теология?

Какой период античной философии совпадает периодом патристики в средневековой философии? Как это определило особенность развития философии в начале тысячелетия (1-5 вв)

Можно ли быть философом и верующим одновременно? Чем отличается верующий философ от «обычного» верующего?

В чем суть идеи фатализма? Кого называют фаталистом?

В чем прослеживается влияние Платона на Аврелия Августина (в каких идеях)?

В чем проявляется влияние Аристотеля на Фому Аквинского?

Какова онтологическая позиция Аврелия Августина и Фомы Аквинского?

Что объединяет и в чем различаются гносеологические взгляды Аврелия Августина и Фомы Аквинского?

Почему человек греховен по мнению Аврелия Августина? Чем отличается эта оценка человека от оценки человека в античной философии?

Почему Фома Аквинский и Аврелий Августин считали лучшей формой государства монархию?

Почему теодицея являлась одной из главных философских проблем теологии? Чем отличается теодицея Аврелия Августина от теодицеи Фомы Аквинского?

Кого сегодня называют схоластом? Как вы думаете, что называют сегодня «схоластическим учением», «схоластическими взглядами»?

В споре номиналистов и реалистов прослеживается продолжение спора между Платоном и Аристотелем. Кто в этом споре стоял на позиции Платона, а кто – на позиции Аристотеля? К каким онтологическим позициям можно отнести средневековых реалистов и номиналистов (споривших о природе универсалий)?

Назовите направления философии Возрождения, стремившихся возродить идеалы античности. Почему деятели эпохи Возрождения обратились к античности как идеалу, что их привлекло в этой эпохе?

Объясните понятие «утопическая философия». Кого из представителей утопизма эпохи Возрождения можно назвать? Чему посвящены их работы?

Какие философские темы поднимали в своих трудах Н.Кузанский и Н.Макиавелли? К каким направлениям философии можно отнести их учения?

Почему 16-17 вв. называют веком научной революции?

Почему гносеология стала главной темой философии в этот период?

Что такое сенсуализм? Чем он отличается от эмпиризма?

Почему в основе эмпиризма лежит индукция, а в основе рационализма – дедукция?

В чем слабость (недостаток) эмпирического познания?

В чем слабость (недостаток) рационального познания?

Объясните, что означает дуализм в философии? Кого из известных Вам философов можно назвать дуалистами?

«Знание - сила»: о какой мировоззренческой, этической позиции говорит этот афоризм Ф.Бэкона?

Почему свой труд Ф.Бэкон назвал «Новый органон»? Кто был автором предыдущего «Органона»? Что этим названием хотел сказать Ф.Бэкон?

Чем онтологическая позиция Декарта отличается от онтологической позиции Бэкона?

Какой путь познания является более практическим, прикладным – эмпиризм или рационализм?

Что является критерием выделения монизма, дуализма и плюрализма в онтологии?

Почему Б.Спинозу – говорившего о Боге – считают материалистом?

Чем субъективный идеализм отличается от объективного идеализма?

Почему субъективный идеализм как онтологическая позиция соотносится с агностицизмом как гносеологической позицией?

Как Вы понимаете выражение «Апология разума»?

Почему именно в Германии наблюдался в 18-19 веках такой расцвет философии?

В чем заключается вклад Канта и Гегеля в философию?

В чем сходство апорий Зенона и антиномий Канта? Об особенностях какого вида познания они говорят?

Какой смысл в современном языке вкладывается в понятие «априорно», «априори».

В чем сходство категорического императива Канта и золотого правила этики.

Суть кантовской революции в философии.

К какой онтологической позиции относится онтология Гегеля?

Приведите примеры проявлений законов диалектики (например, дождь).

С каким периодом в истории философии по влиянию и значению можно соотнести немецкую классическую философию.

В чем различны позиции Канта и Гегеля в социальной философии. Чья позиция Вам наиболее близка?

Можно ли отнести немецкую классическую философию к философии Просвещения?

Философия XIX века

Какие черты философии получили дальнейшее развитие в 19 веке? Какие новые черты появились в философии в 19 веке?

Какие науки и научные концепции повлияли на появление философского иррационализма, релятивизма, сциентизма, эволюционизма?

Какие философские направления отражены в названии основного труда А.Шопенгауэра «Мир как воля и представление»?

Какому философу противопоставил А.Шопенгауэр свое представление о нашем мире как «наихудшем из миров»?

В чем сходство и чем отличаются онтологические позиции А.Шопенгауэра и Ф.Ницше?

Как вы понимаете мысль Ф.Ницше, что «культура – это лишь тоненькая яблочная кожура над раскаленным хаосом»?

Как вы понимаете идею «сверхчеловека» Ф.Ницше? Как вы оцениваете ее?

Как вы считаете, можно ли считать интуицию методом научного познания?

Отрефлексируйте, в чем проявляется бессознательное, сознательное и сверхсознательное в вашем поведении?

Какой сфере общественной жизни отдавали приоритет К.Маркс и Ф.Энгельс при объяснении общественных процессов?

Как вы понимаете высказывание К.Маркса, что «бытие определяет сознание». Объясните понятие «исторический материализм».

Чем отличается материалистическая диалектика от диалектического материализма?

В чем особенность понятия «экзистенция» в сравнении с понятием «бытие»? Как переводится это слово?

Согласны ли вы с А.Камю, что жизнь абсурдна и в ней нет никакого смысла?

Приведите примеры экзистенциального выбора.

Какая черта философии 19 века (см. начало лекции) в лучшей степени характеризует философию позитивизма? Что не нравилось в традиционной философии позитивистам и как они предлагали ее изменить?

Кого называют прагматичным человеком?

5.4. Перечень видов оценочных средств

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 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. 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.
3. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: экзамен

Экзамен по дисциплине Философия 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.

Экзамен проводится в форме тестирования по всем темам дисциплины. Тестирование осуществляется в системе дистанционного обучения ПГАФКСиТ. Для проведения экзамена сформирована тестовая база. На экзамене тест из 50 вопросов формируется методом случайного отбора вопросов из тестовой базы. Время решения теста – 45 минут.

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).

Сдача экзамена 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 сдачи экзамена:

- 50 и менее баллов – неудовлетворительно (не аттестован)
- 51-65 баллов – удовлетворительно (низкий уровень сформированности компетенций)
- 66-84 балла – хорошо (средний уровень сформированности компетенций)
- 85-100 баллов – отлично (высокий уровень сформированности компетенций)

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

6.1. Рекомендуемая литература

Основная литература:

1. Спиркин А.Г. Общая философия: учебник / Спиркин А.Г. - М.: Юрайт, 2023. – 267с.
2. Гуревич П.С. Философия. / П.С.Гуревич. - М.: Юрайт, 2023. – 462с.

Дополнительная литература:

1. Соколов В.А. Философия информации / В.А.Соколов. - М.: Юрайт, 2023. – 340с. - URL: <https://urait.ru/bcode/516607>
2. Липский Б.И., Марков Б.В. Философская антропология. Социальная философия. - М.: Юрайт, 2023. – 169с. - URL: <https://urait.ru/bcode/512032>
3. Пивоваров Д.В. Онтология: материя и ее атрибуты / Д.В.Пивоваров. - М.: Юрайт, 2023. – 191с.- URL: <https://urait.ru/bcode/492124>
4. Золотухина Е.В. Философская антропология /Е.В.Золотухина. - М.: Юрайт, 2023. – 351 с. URL: <https://urait.ru/bcode/517116>
5. Бакеева Е.В. Введение в онтологию /Е.В.Бакеева. - М.: Юрайт, 2023. – 385с.. URL: <https://urait.ru/bcode/492095>
6. Ивин А.А. Аксиология. /А.А.Ивин. – М.: Юрайт, 2023. – 342с.. URL: <https://urait.ru/bcode/513605>
7. Льюис Д. История философии в биографиях. / Д.Льюис, В.Вольсон. - М.: Юрайт, 2024. – 763с.. URL: <https://urait.ru/bcode/543540>
8. Лавриненко В.Н. Основы философии. Социальная философия. Философская антропология. / В.Н.Лавриненко, Л.И.Чернышова, В.В.Кафтан. - М.: Юрайт, 2024. – 246 с.. URL: <https://urait.ru/bcode/534609>
9. Гусев С.С. Онтологии и теория познания в 2-х т. Том 2. Основы теории опознания. / С.С.Гусев, Б.И.Липский, Б.В.Марков и

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)
6.3.1.6	
6.3.1.7	Для 43.00.00
6.3.1.8	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.9	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)
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	
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.
7.13	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, доступ к Интернету.
7.15	C203 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	C204 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C205 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	C207 (потокковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.19	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.20	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.21	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.22	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.23	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.24	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.25	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.26	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.27	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.29	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.31	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.

7.32	E303 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.33	E304 (потокковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.34	E305 (потокковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.35	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.36	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.37	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.38	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.39	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.40	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.41	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.42	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.43	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.44	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.45	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.46	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.47	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.49	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
7.50	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.51	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
7.52	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.53	

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. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2.Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает 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 включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

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.

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.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы 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 все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, 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

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 и выполнения различного вида самостоятельных работ. 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, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета 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.

Рекомендации по работе с литературой

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

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

Главная задача преподавателя – мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает 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.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

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



Рабочая программа дисциплины **Безопасность жизнедеятельности**

Закреплена за кафедрой	Кафедра педагогики и психологии в сфере физической культуры и спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
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 2	
в том числе:			
аудиторные занятия	34		
самостоятельная работа	74		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	20 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	18	18	18	18
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34	34	34	34
Сам. работа	74	74	74	74
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

Ст.преп., Мифтахов Салават Фаритович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 07.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой Зизикова С.И.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» состоит в содействии формированию следующих компетенций:
1.2	УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;
1.3	УК-8.7: Анализирует сложившуюся экологическую ситуацию и оценивает необходимость принятия мер по охране окружающей среды;
1.4	УК-8.8: Осознает сущность концепции устойчивого развития, выраженного стремлением человечества к гармоничному развитию трёх жизненно важных сфер: социальной, экономической и окружающей среды;
1.5	УК-8.9: Идентифицирует угрозы и следует правилам поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения;

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Предварительная подготовка студентов определяется типовыми программами дисциплины (утверждены Приказом Минобрнауки РФ) и подразумевает наличие базовых знаний, навыков и компетенций, полученных в процессе среднего общего образования (школьный курс ОБЗР — Основы безопасности и защиты Родины).
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Основы военной подготовки

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
УК-8.7: Анализирует сложившуюся экологическую ситуацию и оценивает необходимость принятия мер по охране окружающей среды	
Знать:	
- основные источники и виды загрязнения окружающей среды;	
- показатели и критерии оценки состояния природной среды;	
- основные нормативно-правовые акты в области охраны окружающей среды.	
Уметь:	
- анализировать экологическую информацию (отчёты, карты, данные мониторинга);	
- выявлять экологические проблемы и их последствия;	
- обосновывать необходимость природоохранных мероприятий.	
Владеть:	
- методами экологического анализа и оценки риска;	
УК-8.8: Осознает сущность концепции устойчивого развития, выраженного стремлением человечества к гармоничному развитию трёх жизненно важных сфер: социальной, экономической и окружающей среды	
Знать:	
- содержание и принципы концепции устойчивого развития;	
Уметь:	
- учитывать принципы устойчивого развития при принятии решений в профессиональной и повседневной деятельности;	
Владеть:	
- культурой экологически и социально ответственного поведения и потребления;	
УК-8.9: Идентифицирует угрозы и следует правилам поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения	
Знать:	
- основные виды ЧС природного и техногенного характера и их признаки;	
- правила безопасного поведения и эвакуации при различных видах ЧС;	
- порядок оповещения населения и взаимодействия с экстренными службами.	
Уметь:	
- распознавать потенциальные угрозы и начальные признаки ЧС;	
- действовать по установленным инструкциям и алгоритмам поведения;	
- оказывать элементарную первую помощь пострадавшим.	
Владеть:	
- практическими навыками безопасного поведения в ЧС;	

- приёмами использования средств индивидуальной защиты и простейших спасательных средств;

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	Теоретические основы безопасности жизнедеятельности /Тема/	2	0				
1.2	Объект, предмет, методология, теория и практика безопасности, системный подход к анализу причинного комплекса чрезвычайных ситуаций (ЧС). Основные понятия: «опасность», «безопасность», «источник опасности»; виды опасностей и чрезвычайных ситуаций; источники и причины их возникновения; классификация чрезвычайных ситуаций. /Лек/	2	2	УК-8.9-31	Л1.1 Л1.2		
1.3	Классификация чрезвычайных ситуаций по критериям риска и уровню управления, вероятностная оценка и прогнозирование чрезвычайных ситуаций, области и критерии чрезмерного и приемлемого риска, основы управления рисками в социальных, технических и природных системах. Общая характеристика обеспечения безопасности в различных сферах жизнедеятельности; уровни безопасности личности и общества; обеспечение безопасности в техногенной сфере, в природной среде и социуме. /Пр/	2	2	УК-8.9-31 УК-8.9-У1	Л1.1		
1.4	Общая характеристика обеспечения безопасности в различных сферах жизнедеятельности; уровни безопасности личности и общества; обеспечение безопасности в техногенной сфере, в природной среде и социуме. /Ср/	2	8	УК-8.9-31	Л1.1		
1.5	Организационно-правовые вопросы обеспечения безопасности жизнедеятельности. Правовые основы охраны труда в РФ. /Тема/	2	0				
1.6	Организация государственной системы безопасности жизнедеятельности. Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. /Лек/	2	2	УК-8.8-31 УК-8.8-У1	Л1.3		
1.7	Правовые и организационные основы расследования, учета и анализа несчастных случаев, профессиональных заболеваний, аварий, пожаров, катастроф и стихийных бедствий. Экономические последствия и материальные затраты на обеспечение безопасности жизнедеятельности. /Пр/	2	2	УК-8.8-31 УК-8.8-У1	Л1.3		

1.8	Правовые и организационные основы расследования, учета и анализа несчастных случаев, профессиональных заболеваний, аварий, пожаров, катастроф и стихийных бедствий. Экономические последствия и материальные затраты на обеспечение безопасности жизнедеятельности. /Ср/	2	10	УК-8.8-31 УК-8.8-У1	Л1.3		
1.9	Чрезвычайные ситуации природного характера. /Тема/	2	0				
1.10	Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС). Стадии развития ЧС. Классификация катастроф. Классификация ЧС природного характера. /Лек/	2	2	УК-8.9-31 УК-8.9-У1	Л1.1		
1.11	Стихийные бедствия в литосфере. Стихийные бедствия в гидросфере. Стихийные бедствия в атмосфере. /Пр/	2	2	УК-8.9-31 УК-8.9-У1	Л1.1		
1.12	Стихийные бедствия в литосфере. Стихийные бедствия в гидросфере. Стихийные бедствия в атмосфере. /Ср/	2	8	УК-8.9-31 УК-8.9-У1	Л1.1		
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера /Тема/	2	0				
2.2	Химически опасные вещества. Понятие о химически опасных веществах. Токсичность, пороговая концентрация, предел переносимости. Классификация химических опасных веществ по виду воздействия, по продолжительности поражающего эффекта. Химически опасный объект. /Лек/	2	4	УК-8.9-31 УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		
2.3	Зона химического заражения. Способы защиты от химически опасных веществ. Классификация аварий: Аварии в результате взрывов, вызывающих разрушение технологической схемы, инженерных сооружений и полностью или частично прекращение выпуска продукции. /Пр/	2	2	УК-8.9-31 УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		
2.4	Аварии на радиационно-опасных объектах. Радиационные аварии, их виды, динамика развития, основные опасности. Шкала происшествий на АЭС. INES (Международная шкала событий на АЭС). Типовые режимы радиационной безопасности. Методы и средства защиты. Пожаро и взрывоопасные объекты. Основные понятия, термины, определения. Средства пожаротушения. Причины пожаров. Действия человека при пожаре в квартире, в образовательном учреждении, на спортивном объекте и т.д.. Аварии на транспорте, коммунально-энергетических сетях и гидродинамически опасных объектах. /Пр/	2	2	УК-8.9-31 УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		

2.5	Пожаро и взрывоопасные объекты. Основные понятия, термины, определения. Средства пожаротушения. Причины пожаров. Действия человека при пожаре в квартире, в образовательном учреждении, на спортивном объекте и т.д.. Аварии на транспорте, коммунально-энергетических сетях и гидродинамически опасных объектах. /Ср/	2	10	УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		
2.6	Чрезвычайные ситуации социального характера и защита населения от их последствий /Тема/	2	0				
2.7	Основные определения, закономерности проявления, классификация ЧС. /Лек/	2	4	УК-8.9-З1 УК-8.9-У1	Л1.1		
2.8	Характеристика и классификация ЧС военного характера, основные направления государственной политики по предотвращению ЧС военного характера. Характеристика и классификация ЧС экономического характера, основные направления государственной политики по предотвращению ЧС экономического характера. Характеристика и классификация ЧС криминального характера, зоны повышенной криминогенной опасности, меры защиты от криминогенных опасностей, правила поведения в различных ситуациях в зонах повышенной криминогенной опасности. Краткая характеристика политических ЧС, правила поведения во время политических ЧС. Краткая характеристика ЧС семейно-бытового характера, алгоритм действия во время ЧС семейно-бытового характера /Пр/	2	4	УК-8.9-З1 УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		
2.9	Характеристика и классификация ЧС криминального характера, зоны повышенной криминогенной опасности, меры защиты от криминогенных опасностей, правила поведения в различных ситуациях в зонах повышенной криминогенной опасности. Краткая характеристика политических ЧС, правила поведения во время политических ЧС. Краткая характеристика ЧС семейно-бытового характера, алгоритм действия во время ЧС семейно-бытового характера /Ср/	2	14	УК-8.9-З1 УК-8.9-У1 УК-8.9-В1	Л1.1		
2.10	Экологическая безопасность окружающей среды /Тема/	2	0				
2.11	Виды загрязнений окружающей природной среды /Лек/	2	2	УК-8.7-З1	Л1.1		
2.12	Предельно допустимая концентрация загрязняющих веществ, качество среды обитания, критерии оценки качества среды обитания, охрана окружающей среды, антропогенная нагрузка на состояние окружающей среды. /Пр/	2	4	УК-8.7-З1 УК-8.7-У1	Л1.1		

2.13	Основные источники антропогенного воздействия на окружающую среду (промышленность, транспорт, сельское хозяйство, энергетика) /Ср/	2	8	УК-8.7-В1 УК-8.8-В1	Л1.1		
2.14	Причинно-следственные связи между деятельностью человека (или организации) и изменением экологической обстановки. /Ср/	2	8	УК-8.7-У1 УК-8.8-В1	Л1.1		
2.15	Информационные ресурсы в области экологии /Ср/	2	8	УК-8.7-В1	Л1.1		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Дайте определения понятиям «опасность», «угроза» и «риск». В чем их принципиальное отличие? Приведите примеры каждого из них в контексте повседневной жизни.
2. Опишите методы количественной оценки риска. Приведите пример расчета индивидуального риска (например, риск травмы в быту или на производстве).
3. Представьте развернутую классификацию опасностей по происхождению (природные, техногенные, социальные и т.д.). Для каждого вида приведите по два ярких примера с указанием возможных последствий.
4. Что такое «приемлемый риск»? Кем и на основании каких критериев он устанавливается? Сравните уровни приемлемого риска в разных сферах.
5. Проанализируйте роль человеческого фактора как источника опасности. Какие типы ошибок чаще всего приводят к авариям? Приведите пример.
6. Опишите современные методы прогнозирования чрезвычайных ситуаций (ЧС). Какую роль в этом играют технологии дистанционного зондирования Земли и математическое моделирование?
7. Объясните взаимосвязь уровней безопасности: личной, общественной и государственной. Как угроза на личном уровне может перерасти в угрозу национальной безопасности?
8. Опишите структуру и основные задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). Каковы ее режимы функционирования?
9. Назовите ключевые права работника и обязанности работодателя в области охраны труда согласно Трудовому кодексу РФ.
10. Какие виды юридической ответственности (уголовная, административная, гражданско-правовая) предусмотрены за нарушения требований безопасности? Приведите примеры для каждого вида.
11. Опишите механизм обязательного социального страхования от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний. Какие виды выплат положены пострадавшему работнику?
12. Охарактеризуйте поражающие факторы землетрясения. Чем отличаются шкала Рихтера и шкала Меркалли? Ваши действия при внезапном землетрясении в здании.
13. Дайте классификацию наводнений по причинам возникновения. В чем особенность поражающего воздействия цунами по сравнению с обычным наводнением?
14. Опишите механизм формирования и классификацию тропических циклонов по шкале Саффира-Симпсона. Какие меры защиты можно предпринять при угрозе урагана?
15. Перечислите основные поражающие факторы извержения вулкана. Каковы могут быть его долгосрочные глобальные последствия?
16. Назовите основные причины и стадии развития лесного пожара. Каковы правила поведения в зоне сильного задымления?
17. Опишите факторы, провоцирующие сход селей, лавин и оползней. Какие инженерные методы защиты от этих явлений вы знаете?
18. Дайте определения понятиям «эпидемия» и «пандемия». В чем их ключевое различие? Приведите исторические примеры пандемий.
19. Опишите основные пути передачи инфекционных заболеваний. Для каждого пути приведите пример болезни и способа прерывания передачи.
20. Сравните врожденный (неспецифический) и приобретенный (специфический) иммунитет. Что такое активный и пассивный искусственный иммунитет?
21. Объясните принцип действия вакцин. Что такое «коллективный иммунитет» и каково его значение для общества?
22. Что такое зоонозные инфекции? Приведите примеры и опишите меры профилактики при контакте с животными.
23. В чем разница между карантином и обсервацией? Каковы основные правила поведения населения при введении карантина в зоне биологического заражения?
24. Охарактеризуйте опасные свойства аммиака и хлора как аварийно-химически опасных веществ (АХОВ). Ваши действия при получении сигнала «Химическая тревога».
25. Объясните, что такое «йодная профилактика» и в каких случаях она применяется. Каковы правила поведения населения при аварии на радиационно-опасном объекте?
26. Назовите наиболее частые причины пожаров в быту. По какому принципу классифицируются огнетушители (А, В, С, Е)? Алгоритм ваших действий при пожаре в многоквартирном доме.
27. Опишите возможные последствия масштабной аварии в системе электроснабжения современного мегаполиса. Как подготовиться к длительному отключению электричества?
28. Перечислите основные поражающие факторы взрыва. Каковы правила безопасного обращения с бытовым газом?

29. Что такое гидродинамическая авария? Опишите зоны затопления при прорыве плотины и порядок эвакуации населения.
30. Какие приемы личной безопасности следует применять при движении по городу в темное время суток и в общественном транспорте?
31. Опишите типичные схемы телефонного и интернет-мошенничества. Какие основные правила информационно-психологической безопасности вы знаете?
32. Каковы правила безопасного поведения в толпе (на митинге, концерте) для предотвращения давки? Что делать, если вы начали падать в толпе?
33. Что такое «финансовая подушка безопасности» и как ее сформировать? Какие угрозы личной финансовой безопасности возникают во время экономического кризиса?
34. Каково содержание «тревожного чемоданчика»? Ваши действия по сигналу «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» и при угрозе военных действий (артобстрел, авиаудар).
35. Каков «цикл насилия» в ситуации семейно-бытового насилия? Куда может обратиться за помощью пострадавший?
36. Что такое антропогенная нагрузка? Приведите примеры ее негативных последствий для биоразнообразия.
37. Сравните основные методы обращения с отходами: захоронение, сжигание и переработка. В чем суть концепции «ноль отходов»?
38. По каким критериям можно оценить качество городской среды обитания? Как эти факторы влияют на здоровье и благополучие горожан?

5.2. Темы письменных работ

- I. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности
 1. Опасность и Риск: ключевые понятия БЖД. Детальное различие между понятиями "опасность", "угроза" и "риск". Примеры расчета и оценки рисков в повседневной жизни и на производстве.
 2. Классификация опасностей. Полный обзор видов опасностей (природные, техногенные, социальные, биологические, экологические) с яркими примерами и последствиями для человека и общества.
 3. Управление рисками: от приемлемого до чрезмерного. Как определяются границы приемлемого риска? Методы и стратегии управления рисками в различных системах (например, в авиации, строительстве, финансовой сфере).
 4. Человеческий фактор как источник опасности. Анализ роли человеческой ошибки, халатности и психологического состояния в возникновении аварий и катастроф.
 5. Прогнозирование ЧС: современные методы и технологии. Обзор современных инструментов: от метеорологических спутников и сейсмографов до математического моделирования и искусственного интеллекта в прогнозировании ЧС.
 6. Безопасность личности, общества и государства. Сравнительный анализ уровней безопасности. Как угрозы на одном уровне (например, личная безопасность) влияют на другие (национальная безопасность).
 7. Системный подход к анализу причин ЧС. На примере реальной катастрофы (например, авария на Чернобыльской АЭС или Саяно-Шушенской ГЭС) разобрать весь причинный комплекс, используя системный анализ.
- II. Организационно-правовые вопросы обеспечения безопасности жизнедеятельности
 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС) в России. Структура, функции, режимы функционирования и порядок взаимодействия различных ведомств.
 2. Трудовой кодекс РФ на страже безопасности. Ключевые статьи и положения, касающиеся охраны труда, обязанностей работодателя и прав работника на безопасные условия труда.
 3. Порядок расследования несчастного случая на производстве. Алгоритм действий от момента происшествия до оформления акта по форме Н-1, роль комиссий и юридические последствия.
 4. Экономика безопасности: почему предотвращать выгоднее, чем ликвидировать? Анализ прямых и косвенных экономических потерь от ЧС и расчет затрат на превентивные меры безопасности.
 5. Правовая ответственность за нарушение требований безопасности. Виды ответственности (административная, уголовная, гражданско-правовая) для должностных лиц и организаций на примерах судебной практики.
 6. Роль нормативно-технических документов (ГОСТ, СНИП, СанПиН) в обеспечении безопасности. Как стандарты и правила помогают предотвращать аварии на конкретных примерах (строительство, пищевая промышленность, транспорт).
 7. Обязательное социальное страхование от несчастных случаев на производстве и профзаболеваний. Механизм работы, виды выплат и гарантии для пострадавших работников.
- III. Чрезвычайные ситуации природного характера
 1. Землетрясения: от тектоники плит до правил поведения. Причины возникновения, шкалы оценки (Рихтера, Меркалли), современные системы оповещения и алгоритм действий населения при угрозе и во время землетрясения.
 2. Наводнения и цунами: разрушительная сила воды. Классификация наводнений, причины возникновения, история крупнейших цунами, системы предупреждения и правила эвакуации.
 3. Атмосферные стихийные бедствия: ураганы, смерчи, штормы. Механизмы их формирования, классификация (например, шкала Саффира-Симпсона), методы прогнозирования и меры защиты зданий и людей.
 4. Вулканическая активность: угроза из недр Земли. Типы вулканов и извержений, поражающие факторы (лава, пепел, пирокластические потоки) и долгосрочные последствия для климата и экологии.
 5. Лесные и торфяные пожары как природная ЧС. Причины возникновения (естественные и антропогенные), стадии развития, методы тушения и правила поведения в зоне задымления.
 6. Оползни, сели, лавины: склоновые процессы и их опасность. Факторы, провоцирующие эти явления, защитные инженерные сооружения и правила безопасности для жителей горных районов.
 7. Жизненный цикл ЧС: от прогнозирования до ликвидации последствий. Рассмотрение стадий развития природной катастрофы (зарождение, развитие, кульминация, затухание) на примере одного из стихийных бедствий.

IV. Биологические чрезвычайные ситуации и защита от них

1. Эпидемия и пандемия: от локальной вспышки до глобальной угрозы. Сравнительная характеристика, исторические примеры (испанка, чума, COVID-19) и механизмы глобального реагирования.
2. Пути передачи инфекции и способы их прерывания. Детальный разбор контактного, воздушно-капельного, фекально-орального и трансмиссивного путей с примерами заболеваний и методов профилактики (гигиена, маски, дезинфекция).
3. Иммуитет – главный защитник организма. Сравнение врожденного и приобретенного, активного и пассивного иммунитета. Роль иммунной системы в борьбе с инфекциями.
4. Вакцинация как метод коллективной защиты. Принцип действия вакцин, Национальный календарь профилактических прививок РФ и его значение для искоренения опасных болезней.
5. Особо опасные инфекции (чума, холера, сибирская язва). Характеристика возбудителей, историческое значение и современные протоколы действий при выявлении очага.
6. Зоонозные инфекции: угрозы, передающиеся от животных человеку. Примеры (бешенство, птичий грипп, бруцеллез), пути передачи и меры предосторожности при контакте с дикими и домашними животными.
7. Организация карантинных и ограничительных мероприятий в зоне биологического заражения. Цели, виды (карантин, обсервация), правовые основы и правила поведения населения в условиях карантина.

V. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

1. Аварии и катастрофы на химически опасных объектах. Классификация опасных веществ (например, хлор, аммиак), поражающие факторы, правила поведения при сигнале "Химическая тревога".
2. Радиационные аварии: от инцидента до катастрофы. Международная шкала INES на примере реальных событий (Чернобыль, Фукусима). Йодная профилактика и правила поведения на загрязненной территории.
3. Пожарная безопасность: причины, предотвращение, действия. Самые частые причины пожаров в быту и на производстве. Классификация огнетушителей и правила их применения. Алгоритм действий при пожаре в здании.
4. Крупнейшие транспортные катастрофы (авиа, ж/д, морские). Анализ причин, роль человеческого фактора и технических неисправностей. Уроки, извлеченные для повышения безопасности на транспорте.
5. Аварии на коммунально-энергетических сетях. Последствия аварий в энергетических системах современного мегаполиса. Как подготовиться к длительному отключению электричества, воды и тепла.
6. Взрывы на промышленных объектах и в быту. Поражающие факторы взрыва (ударная волна, осколки). Правила безопасности при обращении с газом и легковоспламеняющимися веществами.
7. Гидродинамические аварии: угроза прорыва плотин. Последствия прорыва (волна прорыва), примеры катастроф (например, в Орске). Зоны затопления и правила эвакуации населения.

VI. Чрезвычайные ситуации социального характера и защита населения

1. Терроризм как современная социальная угроза. Виды террористических актов, правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при захвате в заложники и во время штурма.
2. Личная безопасность в криминогенных зонах. Как распознать опасные места и ситуации. Правила поведения на улице в темное время суток, в транспорте, при встрече с агрессивной группой.
3. Информационно-психологическая безопасность. Методы защиты от мошенничества (телефонного, в интернете), манипуляций в социальных сетях и фейковых новостей.
4. Безопасность во время массовых мероприятий и беспорядков. Как вести себя в толпе, чтобы избежать давки. Правила поведения при возникновении паники и агрессии.
5. Экономические кризисы как ЧС. Угрозы для личной и семейной финансовой безопасности (потеря работы, инфляция, мошенничество). Создание "финансовой подушки безопасности".
6. Военные конфликты и защита гражданского населения. Сигналы гражданской обороны, правила поведения при артобстреле и авианалете, содержимое "тревожного чемоданчика".
7. Семейно-бытовое насилие как ЧС. Виды насилия, цикл насилия, куда обращаться за помощью (кризисные центры, правоохранительные органы). Алгоритм действий для пострадавшего.

VII. Экологическая безопасность окружающей среды

1. Загрязнение атмосферы в промышленных городах. Основные загрязнители (оксиды серы, азота, мелкодисперсная пыль), явление смога, влияние на здоровье человека и методы борьбы.
2. Проблема пластикового загрязнения Мирового океана. Источники попадания пластика, формирование "мусорных островов", вред для морских экосистем и пути решения проблемы.
3. Предельно допустимая концентрация (ПДК) загрязняющих веществ. Что это такое, как устанавливаются нормативы и как осуществляется экологический мониторинг состояния воздуха, воды и почвы.
4. Антропогенная нагрузка и ее последствия. Как деятельность человека (сельское хозяйство, промышленность, урбанизация) изменяет природные ландшафты и приводит к потере биоразнообразия.
5. Проблема бытовых и промышленных отходов. Современные подходы к утилизации и переработке мусора. Принципы "ноль отходов" и их применение в повседневной жизни.
6. Изменение климата как глобальная экологическая угроза. Причины, последствия (повышение уровня моря, экстремальные погодные явления) и международные соглашения (Парижское соглашение).
7. Качество среды обитания в городе. Критерии оценки (качество воздуха, питьевой воды, уровень шума, наличие зеленых зон) и как они влияют на здоровье и продолжительность жизни горожан.

5.3. Фонд оценочных средств

Задания открытого типа

Задание 1.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Определение безопасности.

Правильный ответ:

Безопасность - состояние защищённости личности, общества, государства и среды жизнедеятельности от внутренних и внешних угроз.

Задание 2.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Определение безопасности жизнедеятельности.

Правильный ответ:

Безопасность жизнедеятельности - это область научных знаний, охватывающая теорию и практику защиты человека и окружающего мира от опасных и вредных факторов во всех сферах человеческой деятельности.

Задание 3.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Определение зоны чрезвычайной ситуации.

Правильный ответ:

Зона чрезвычайной ситуации - территория или акватория, на которой в результате возникновения источника чрезвычайной ситуации или распространения его последствий из других районов возникла чрезвычайная ситуация.

Задание 4.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Определение пожара.

Правильный ответ:

Пожар — неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства.

Задание 5.

Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ.

Перечислите виды природных пожаров.

Правильный ответ:

Лесные пожары, степные пожары, торфяные пожары, подземные пожары горючих ископаемых;

Задания закрытого типа с выбором одного или нескольких вариантов ответа

Задание 1.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов. Наиболее подходящие места в здании для укрытия при землетрясении:

- 1) места под прочно закрепленными столами, у колонн, проемы в капитальных внутренних стенах, углы, образованные капитальными внутренними стенами, дверные проемы;
- 2) места под подоконником, внутри шкафов, комодов, гардеробов, углы, образованные внутренними перегородками;
- 3) вентиляционные шахты и короба, балконы и лоджии, места внутри кладовок и встроенных шкафов.

Задание 2.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов.

Скользящее смещение масс горных пород вниз по склону под влиянием силы тяжести называется:

- а) сель;
- б) обвал;
- в) оползень.

Задание 3.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов.

Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана:

- а) овраг;
- б) большое дерево;
- в) крупный камень.

Задание 4.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов.

Что относится к средствам индивидуальной защиты?

- а) каска, респиратор, защитные очки;
- б) ограждения, вентиляция, освещение;
- в) защитное заземление, молниезащита;
- г) сигнализация, блокировка, знаки безопасности;

Задание 5.

Прочитайте текст, выберите все правильные варианты ответов.

Что такое электробезопасность?

- а) Система организационных и технических мероприятий, обеспечивающих защиту людей от вредного и опасного воздействия электрического тока;
- б) Комплекс мер по обеспечению безопасности при работе с электроустановками;
- в) Меры по предупреждению поражения электрическим током;
- г) Все вышеперечисленное;

Задания закрытого типа на установление соответствия.

Задание 1.

Прочитайте текст и установите соответствие.

К каждому виду ЧС подберите соответствующий пример из второго столбца:

Вид ЧС Пример

А Природные ЧС 1 Авария на АЭС

- 2 Эпидемия
3 Наводнение
4 Разлив нефти

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
3	1	2	4

Задание 2.

Прочитайте текст и установите соответствие.

К каждому виду травм подберите соответствующий способ оказания первой помощи из второго столбца:

Вид травмы	Оказание ПМ

- А Ожог 1 Наложение давящей повязки
Б Вывих 2 Охлаждение поврежденного участка
В Кровотечение 3 Иммобилизация конечности
Г Перелом 4 Промывание прохладной водой

Запишите выбранные цифры над соответствующими буквами:

А Б В Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
4	2	1	3

Задание 3.

Прочитайте текст и установите соответствие.

К каждому виду природных явлений подберите соответствующие правила поведения из второго столбца:

Природные явления	Правила поведения

А Землетрясение	1 Укрыться в здании, подвале или погребе
Б Наводнение	2 Отключить газ и электричество, эвакуироваться
В Ураган	3 Спуститься с возвышенностей, держаться подальше от деревьев
Г Гроза	4 Покинуть здание, держаться подальше от стен и окон

Запишите выбранные цифры над соответствующими буквами:

А Б В Г

Правильный ответ:

А Б В Г
4 2 1 3

Задание 4.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие между видами средств индивидуальной защиты и их назначением:

Средства инд.защиты	Назначение

А Противогаз	1 Защита органов дыхания и глаз от радиоактивной пыли
Б Респиратор	2 Защита кожи от отравляющих веществ и радиоактивной пыли
В Защитный костюм	3 Защита органов дыхания от вредных веществ и аэрозолей
Г Дозиметр	4 Измерение уровня радиации

Запишите выбранные цифры над соответствующими буквами:

А Б В Г

Правильный ответ:

А	Б	В	Г
1	3	2	4

Задание 5.

Прочитайте текст и установите соответствие.

Установите соответствие между видами стихийных бедствий и их последствиями:

Вид стихийного бедствия	Последствия
Землетрясение	Разрушение зданий и сооружений, гибель людей, повреждение инфраструктуры.
Наводнение	Потопление территорий, разрушение дамб и плотин, гибель скота и урожая.
Лесные пожары	Уничтожение лесов, загрязнение воздуха, угроза населенным пунктам.
Сильный ветер	Падение деревьев и линий электропередач, повреждение крыш.
Тайфун	Мощные волны, ураганные ветры, разрушения на побережье.
Извержение вулкана	Выброс пепла и лавы, загрязнение окружающей среды.
Авария на АЭС	Загрязнение территории радиацией, эвакуация населения.
Эпидемия	Гибель людей, социальная нестабильность.
Холодовая волна	Обморожения, замерзание водоемов, сложности с отоплением.
Жара	Угрозы жизни для животных и растений, перегрев техники.
Цунами	Огромная волна, разрушения в портах и на побережье.
Солнечная буря	Нарушения работы спутников и электросетей.
Магнитное возмущение	Помехи в работе навигационных систем.
Космическая пыль	Риск повреждения космических аппаратов.
Астероидная опасность	Потенциально катастрофические последствия при ударе.
Панкреатит	Болезнь поджелудочной железы, требующая лечения.
Диабет	Хроническое заболевание, связанное с нарушением обмена веществ.
Сердечно-сосудистые заболевания	Широкий класс болезней, включая инфаркты и инсульты.
Онкологические заболевания	Раковые опухоли, требующие своевременной диагностики.
Инфекционные болезни	Бактериальные, вирусные и грибковые инфекции.
Психические расстройства	Заболевания психики, вызванные различными факторами.
Неврологические заболевания	Болезни нервной системы, такие как эпилепсия.
Аллергии	Реакции организма на различные раздражители.
Астма	Хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей.
Гастрит	Воспаление слизистой оболочки желудка.
Язва желудка	Хроническое заболевание с образованием язвы.
Кишечные заболевания	Болезни кишечника, включая колиты.
Печеночные заболевания	Заболевания печени, такие как гепатиты.
Почки	Заболевания почек, влияющие на фильтрацию крови.
Сахарный диабет	Хроническое заболевание из-за недостатка инсулина.
Артериальная гипертензия	Повышенное артериальное давление.
Ишемическая болезнь сердца	Заболевание, связанное с нарушением кровоснабжения сердца.
Инфаркт миокарда	Острое нарушение кровообращения в сердце.
Инсульт	Острое нарушение мозгового кровообращения.
Стенокардия	Боль в груди из-за недостатка кислорода сердцу.
Бронхит	Воспаление бронхов.
Пневмония	Воспаление легочной ткани.
Туберкулез	Хроническое инфекционное заболевание.
ВИЧ-инфекция	Вирус иммунодефицита человека.
СПИД	Синдром приобретенного иммунодефицита.
Герпетические инфекции	Инфекции, вызываемые вирусами герпеса.
Папилломы	Выступания на коже, вызванные папилломавирусом.
Кондиломы	Выступания на слизистых оболочках.
Мононуклеоз	Острое вирусное заболевание.
Корь	Острое вирусное заболевание.
Коклюш	Острое инфекционное заболевание.
Скарлатина	Острое инфекционное заболевание.
Дифтерия	Острое инфекционное заболевание.
Ботулизм	Острое отравление токсинами ботулизма.
Сибирская язва	Острое инфекционное заболевание.
Тулярия	Острое инфекционное заболевание.
Лептоспироз	Острое инфекционное заболевание.
Брюшной тиф	Острое инфекционное заболевание.
Шистозомоз	Паразитарное заболевание.
Малярия	Острое инфекционное заболевание.
Дирофилиоз	Острое инфекционное заболевание.
Бабезиоз	Острое инфекционное заболевание.
Кульцидоз	Острое инфекционное заболевание.
Тошнота	Симптом различных заболеваний.
Диарея	Симптом различных заболеваний.
Рвота	Симптом различных заболеваний.
Бессонница	Расстройство сна.
Апноэ	Прекращение дыхания во время сна.
Синдром беспокойных ног	Расстройство, характеризующееся дискомфортом в ногах.
Синдром обструктивного апноэ	Расстройство дыхания во время сна.
Синдром хронической усталости	Состояние истощения.
Синдром раздраженного кишечника	Функциональное расстройство кишечника.
Синдром дефицита внимания	Расстройство поведения.
Синдром депривации сна	Состояние недосыпания.
Синдром ночного кошмара	Расстройство сна.
Синдром ночного храпа	Расстройство сна.
Синдром ночного мочеиспускания	Расстройство сна.
Синдром ночного пота	Расстройство сна.
Синдром ночного слезотечения	Расстройство сна.
Синдром ночного чихания	Расстройство сна.
Синдром ночного кашля	Расстройство сна.
Синдром ночного зуда	Расстройство сна.
Синдром ночного жужжания	Расстройство сна.
Синдром ночного свиста	Расстройство сна.
Синдром ночного шипения	Расстройство сна.
Синдром ночного шелеста	Расстройство сна.
Синдром ночного треска	Расстройство сна.
Синдром ночного скрипа	Расстройство сна.
Синдром ночного стука	Расстройство сна.
Синдром ночного хлопанья	Расстройство сна.
Синдром ночного щелчка	Расстройство сна.
Синдром ночного пощипывания	Расстройство сна.
Синдром ночного покалывания	Расстройство сна.
Синдром ночного жжения	Расстройство сна.
Синдром ночного холода	Расстройство сна.
Синдром ночного тепла	Расстройство сна.
Синдром ночного сухости	Расстройство сна.
Синдром ночного увлажнения	Расстройство сна.
Синдром ночного запаха	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
Синдром ночного осязания	Расстройство сна.
Синдром ночного слуха	Расстройство сна.
Синдром ночного зрения	Расстройство сна.
Синдром ночного обоняния	Расстройство сна.
Синдром ночного вкуса	Расстройство сна.
С	

А Землетрясение	1 Разрушение зданий и сооружений
Б Наводнение	2 Нарушение водоснабжения и канализации
В Ураган	3 Повреждение линий электропередач и связи
Г Засуха	4 Гибель урожая и дефицит продовольствия

Запишите выбранные цифры над соответствующими буквами:

А Б В Г

Правильный ответ:

А Б В Г

1 2 3 4

Задания закрытого типа на установление последовательности.

Задание 1.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность действий при эвакуации из здания при пожаре:

- 1) Покинуть здание, следуя указателям эвакуационных выходов;
- 2) Спуститься по лестнице;
- 3) Позвонить в пожарную службу;
- 4) Сохранять спокойствие;
- 5) Не пользоваться лифтом;

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ

4 5 1 2 3

Задание 2.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность действий при наводнении:

- 1) Отключить электричество и газ;
- 2) Собрать необходимые вещи и документы;
- 3) Подняться на верхние этажи или крышу здания;
- 4) Следовать указаниям спасательных служб;
- 5) Эвакуироваться в безопасное место;

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ

1 2 3 5 4

Задание 3.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность действий при землетрясении:

- 1) Покинуть здание;
- 2) Отойти от зданий и линий электропередач;
- 3) Не пользоваться лифтом;
- 4) Укрыться в безопасном месте;
- 5) Следовать указаниям спасательных служб;

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ

3 1 2 4 5

Задание 4.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность действий при обнаружении подозрительного предмета:

- 1) Не трогать и не перемещать предмет
- 2) Сообщить о находке в правоохранительные органы
- 3) Оградить место обнаружения предмета
- 4) Дождаться прибытия специалистов
- 5) Следовать указаниям правоохранительных органов

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ

1 3 2 4 5

Задание 5.

Прочитайте текст и установите последовательность.

Последовательность действий при утечке газа:

- 1) Перекрыть газовый вентиль
- 2) Открыть окна для проветривания
- 3) Не включать и не выключать электроприборы
- 4) Покинуть помещение
- 5) Вызвать аварийную газовую службу

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

Правильный ответ

3 1 2 4 5

Практические работы

1. В подъезде своего дома вы обнаружили подозрительный предмет и решили сообщить об этом в соответствующие инстанции. Куда и в каком порядке необходимо обратиться? Какую информацию необходимо предоставить сотрудникам правоохранительных органов? каков алгоритм поведения в данной ситуации?
2. Вы направляетесь в общественное, многолюдное место (стадион). На чем основывается ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и толпе?
3. Во время прогулки по городу на вас напали. В момент нападения вы получили не сильный, но ощутимый удар, в результате которого упали на землю. Нападавший выхватил сумку и убежал. Определите порядок своих дальнейших действий.
4. В 100 км от места вашего постоянного места жительства произошла авария на атомной электростанции (АЭС). Возникла угроза радиоактивного заражения людей и местности. Определите порядок ваших действий.
5. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (хлора). Определите порядок ваших действий.
6. По системе оповещения РСЧС был получен сигнал об опасности наводнения в вашем городе. Из сообщения понятно, что ваш дом попадет в зону затопления. Определите порядок действий в сложившейся ситуации.
7. Во время отдыха на природе вы с друзьями решили искупаться в незнакомом водоёме. Каковы будут ваши действия по разъяснению друзьям и выполнению правил обеспечения личной безопасности во время купания?
8. По системе оповещения РСЧС получен сигнал об эвакуации из микрорайона вашего места нахождения, но вы не "уловили" причин и сути происходящих чрезвычайных событий. Определите порядок действий в данной ситуации.
9. Вы стали случайным свидетелем дорожно-транспортного происшествия, в результате никто физически не пострадал. Убедившись в этом, вы обратили внимание на женщину, находящуюся за рулём одного из автомобилей. Внешние симптомы указывают на то, что она находится в состоянии ступора и не реагирует на предложение покинуть автомобиль. Определите порядок ваших действий.
10. Находясь в зоне действия чрезвычайной ситуации, вы наблюдаете пострадавшего, поведение которого представляется скованным, наличествуют мимическая маска, пассивность, безучастность. Определите порядок ваших действий до прибытия медицинских работников и психолога.
11. В вашем прошлом опыте есть случаи, когда вы попадали в конфликтные, кризисные ситуации. Как этот опыт может повлиять на ваше поведение в случае возникновения нестандартных ситуаций в настоящем?
12. В результате обрушения козырька здания пострадали несколько человек, с вами ничего не случилось. Вы незамедлительно сообщили об этом в службу спасения по телефону 112. До приезда спасателей и скорой помощи всем рекомендовано оставаться на местах, но один из молодых мужчин, с серьезной травмой руки начинает "метаться" с места на место и рассуждать о важных делах, которые невозможно отложить. Вы понимаете, что молодой человек находится в состоянии "возбужденного движения" и что, покинув место происшествия, он может только усугубить травму. Определите порядок ваших действий.
13. Подросток обращается к вам спустя четыре месяца после возникновения кризисной ситуации с симптомами головных болей, бессонницы и постоянного возвращения к пережитому опыту, наличие панических состояний. Определите порядок ваших действий.
14. В зоне действия чрезвычайной ситуации вы наблюдаете пострадавшего, демонстрирующего следующее поведение: резкие и бессмысленные движения, повышенная речевая активность, отсутствие реакции на окружающих. Определите порядок ваших действий.
15. Сразу после инцидента вы наблюдаете у одного из участников чрезвычайной ситуации сильное дрожание всего тела, особенно рук. Определите порядок ваших действий.
16. Во время прогулки вы внезапно ощутили колебание земной поверхности, обратили внимание на то, что немного раскачиваются дорожные знаки и висят вывески. С одного из балконов на асфальт упал горшок с землей и цветком. Определите порядок ваших действий.
17. Прогуливаясь по склону заснеженной горной местности, вы увидели, как сверху оторвался пласт снега, который начинает двигаться вниз по склону с огромной скоростью, образуя лавину. Определите порядок ваших действий при условии что вы находитесь: а) в центре горы; б) у подножья горы; в) сбоку горы (со стороны наблюдающего происходящее).
18. Во время летнего отдыха вы поселились в домике (гостинице, отеле) у подножья горы. Утром начался ливневый дождь, интенсивность которого не снизилась к вечеру. Вы заметили, что с горы спускаются достаточно сильные потоки воды и грязи. Определите порядок ваших действий в сложившейся ситуации.
19. Поступило сообщение об опасности наводнения в вашем городе. Ваш город попадает в зону объявленного затопления. Определите порядок ваших действий при угрозе и во время наводнения.
20. Вы отдыхаете на берегу океана. Прогуливаясь утром по берегу, вы обратили внимание на сильный и достаточно быстрый отлив (вода ушла от берега на 100 м). Определите порядок действия человека в данной ситуации.
21. Во время прогулки по лесу в пожароопасный период (сухая погода и ветер) вы уловили запах дыма и определили, что находитесь в зоне лесного пожара. Определите порядок ваших действий.
22. Прогуливаясь по лесной местности, вы почувствовали запах гари и обратили внимание на то, что по земле (траве) "стелется" дымка, указывающая на возможный торфяной (подземный) пожар. Определите алгоритм поведения человека, попавшего в подобную опасную природную ситуацию.
23. По системе оповещения РСЧС получен сигнал о приближении урагана. Определите порядок ваших действий при угрозе и во время урагана.
24. Во время поездки по равнинной местности вы увидели, что с неба на землю опускается воронка быстро вращающего воздуха, а вместе с ней - песок, пыль и другие взвеси. Определите порядок действия человека при внезапно возникшей угрозе смерча.
25. Поступило сообщение об опасности угрозы гололеда. какими правилами личной безопасности вы будете руководствоваться?

26. В один из зимних дней начался снегопад, который продолжился в течение двух суток. В СМИ поступило информация, что циклон будет продолжаться еще два, а возможно и более дней. Определите порядок ваших действий.

27. По системе оповещения РСЧС поступило сообщение о засухе, которая по мнению синоптиков и экспертов будет продолжаться около трех недель. Вы находитесь в городских условиях. Определите порядок ваших действий.

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Практическая работа;
2. Тестовые задания;
3. Доклад на заданную тему;
4. Ответ на вопрос зачета.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Оценка уровня сформированности компетенций на этапе текущего изучения дисциплины

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛП.1	Резчиков Е. А., Ткаченко Ю. Л., Рязанцева А. В.	Безопасность жизнедеятельности	Москва: Московский Политех, 2012
ЛП.2	Булгаков А. Б.	Безопасность жизнедеятельности. Модуль «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности»	Благовещенск: АмГУ, 2014
ЛП.3	Иванов А. Н., Панихидников С. А., Сакова Н. В.	Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: учебное пособие	Санкт-Петербург: СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2019

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
6.3.1.2	договор №79 от 25.02.2025
6.3.1.3	Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ
6.3.1.4	Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016
6.3.1.5	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition -
6.3.1.6	Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез»
6.3.1.7	№228 от 10.04.2015)
6.3.1.8	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2
6.3.1.9	year Educational Renewal License – Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE
6.3.1.10	(сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от 14.11.2023)
6.3.1.11	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office
6.3.1.12	Professional Plus 2010 Russian OLP NL AcademicEdition Windows7 Professional
6.3.1.13	Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011)
6.3.1.14	49096713 (контракт 2011.19565 от 04.10.2011) 49357376 (контракт
6.3.1.15	№2011.26907 от 12.12.2011)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
6.3.2.1	1. http://www.mil.ru – Министерство обороны Российской Федерации.
6.3.2.2	2. http://elibrary.ru – крупнейшая российская электронная библиотека. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000. – Текст: электронный. – URL: https://elibrary.ru (дата обращения 01.02.2022). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.3	3. Министерство просвещения Российской Федерации : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: (https://edu.gov.ru/) (дата обращения 01.02.2022).
6.3.2.4	4. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: (http://obrnadzor.gov.ru/) (дата обращения 1.02.2022).
6.3.2.5	5. Федеральный портал «Российское образование» : сайт. – Москва. – Текст
6.3.2.6	: электронный. – URL: (http://www.edu.ru/) (дата обращения 01.02.2022).
6.3.2.7	6. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL: (http://fcior.edu.ru/) (дата обращения 01.02.2022)
6.3.2.8	7. Единое окно доступа к образовательным ресурсам : сайт. – Москва, 2005.
6.3.2.9	8. – Текст: электронный. . – URL: http://window.edu.ru (дата обращения: 08.02.2022).
6.3.2.10	9. Лань : электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт- Петербург, 2011. – Текст : электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 01.03.2022). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.
6.3.2.11	10. Министерство науки и высшего образования РФ: официальный сайт. – Москва. – Текст: электронный. – URL: https://minobrnauki.gov.ru (дата обращения 1.03.2022).
6.3.2.12	11. Министерство спорта РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minsport.tatarstan.ru (дата обращения: 08.03.2022).
6.3.2.13	12. Министерство по делам молодежи РТ: официальный сайт. – Казань. – Текст: электронный. – URL: http://minmol.tatarstan.ru (дата обращения: 08.03.2022)
6.3.2.14	13. Министерство спорта РФ: официальный сайт. – Москва, 2008. – Текст: электронный. – URL: http://minstm.gov.ru (дата обращения: 08.03.2019).
6.3.2.15	14. Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма : официальный сайт. – Казань, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://www.sportacadem.ru (дата обращения 08.03.2021).
6.3.2.16	15. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 11.02.2021). – Режим доступа для авторизованных пользователей ПГАФКСиТ.
6.3.2.17	16. Информационно-правовой портал Гарант : сайт. – Москва, 1990. –Текст: электронный. – URL: http://www.garant.ru (дата обращения: 08.02.2022)
6.3.2.18	17. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. – Текст: электронный. – URL: https://urait.ru (дата обращения: 08.03.2022).
6.3.2.19	– Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	
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.
7.13	B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету
7.14	C203 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.15	C204 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.16	C205 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.17	C207 (потоковая) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету
7.18	D202 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.19	D203 - Персональный компьютер ICL RAY, интерактивный ЖК телевизор 75 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету.
7.20	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
7.21	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
7.22	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
7.23	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
7.24	D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.25	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
7.26	D215 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.27	D216 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.28	D217 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.29	D217A - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.30	D218 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.31	E203 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.32	F203 (научный зал библиотеки) - Интерактивная доска SMART Board со встроенным проектором, персональный компьютер ICL RAY 4 шт.
7.33	C303 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.34	C304 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.35	C305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.36	D305 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к Интернету.
7.37	E303 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету

7.38	E304 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.39	E305 (потоковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.40	E401 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.41	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
7.42	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
7.43	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
7.44	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
7.45	E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.46	E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.47	E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.48	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;
7.49	E601 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.50	E602 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.51	E611 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.52	E612 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.53	E701 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.54	E702 - персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.55	E703 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.56	E710 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.57	E711 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.58	E712 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.59	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
7.60	E812 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.61	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
7.62	E814 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.63	E903 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету

7.64	E919 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету
7.65	
7.66	

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. Студентам необходимо:

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.

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 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, который включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) изложение рефератов;
- 3) проведение деловой игры;
- 4) решение практико-ориентированных задач;
- 5) выполнение кейс-задач.

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 приобретается 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.

3. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К ПРАКТИЧЕСКОМУ ЗАНЯТИЮ

Студентам 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.

Студентам, 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, изучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

4. 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 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.

5. Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно — освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ / ЭКЗАМЕНУ

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 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 консультацией 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 и цифровой трансформации.

К экзамену (зачету) допускаются обучающиеся, выполнившие требования учебной программы по дисциплине и набравшие в течение семестра от 0 до 50 баллов по текущей успеваемости.

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).

7. РАЗЪЯСНЕНИЯ ПО РАБОТЕ С РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМОЙ

Рейтинговая система представляет собой один из 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, в основном, 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 промежуточной аттестации по данной дисциплине предусмотрена сдача экзамена, по результатам промежуточной аттестации 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 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.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

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.

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



Рабочая программа дисциплины **Правоведение**

Закреплена за кафедрой

Кафедра социально-гуманитарных дисциплин

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 5

аудиторные занятия

34

самостоятельная работа

38

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	5 (3.1)		Итого	
Неделя	13			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	16	16	16	16
Практические	18	18	18	18
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:

Ислямов Данир Рамилевич 

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 18.03.2025 г. № 5

Зав. кафедрой И.о. Щигорцова Е.С. 

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Целью освоения дисциплины являются формирование правовой культуры и грамотности, получение базовых знаний об устройстве государства и права, основных отраслях законодательства, а также развитие юридического мышления и умения применять правовые нормы для решения реальных жизненных и профессиональных ситуаций.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Основы российской государственности	
2.1.2		
2.1.3	Обучение служением	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.2		
2.2.3	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-2: Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	
УК-2.4:Использует для решения задач действующие правовые нормы	

Знать:
Знает:
- системы законодательства и нормативно-правовых актов РФ
- законодательных документов о правах человека
- актуальных вопросов трудового законодательства
Уметь:
Умеет:
-ориентироваться в системе законодательства и нормативно-правовых актов РФ
- использовать правовые нормы в общественной жизни и профессиональной деятельности
Владеть:
Владеет навыками работы с нормативными правовыми актами, в том числе международными актами

УК-11: Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности

УК-11.1:Предупреждает коррупционные риски в социальной и профессиональной среде в рамках действующего законодательства

Знать:
знает коррупционные риски в социальной и профессиональной среде в рамках действующего законодательства
Уметь:
умеет определять коррупционные риски в социальной и профессиональной среде в рамках действующего законодательства
Владеть:
владеет навыками предупреждения коррупционных рисков в социальной и профессиональной среде в рамках действующего законодательства

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	Общество, политическая власть, государство. /Тема/	5	0				
1.2	Общество, политическая власть, государство. /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			

1.3	Понятие «Общество», «Общественно-экономическая формация». Власть, ее аспекты, разновидности и содержание. Понятие и сущность государства. Функции государства, их классификация. Теории происхождения государства: теологическая, теория насилия, патриархальная, теория общественного договора, классовая теория. Форма государства и ее составляющие: форма правления; форма государственного устройства и политический режим. Механизм государства и государственный аппарат /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
1.4	Право: понятие и сущность /Тема/	5	0				
1.5	Право: понятие и сущность /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
1.6	Система социальных норм и место права в ней. Понятие нормы, виды социальных норм и их классификация. Право и его признаки. Соотношение права и морали. Соотношение права и государства. Источники права: правовой обычай, правовой прецедент, нормативный договор, и нормативно-правовой акт. Признаки нормативных правовых актов и их классификация. Действие нормативно-правовых актов во времени, в пространстве и по кругу лиц. Способы осуществления правотворческой (правоустанавливающей) деятельности. Понятие и виды систематизации законодательства. Понятие и виды правовых норм. Структура и виды норм права. Различие понятий «правовая система» и «система права». Отрасли права, их классификация, подотрасли и институты права. Три элемента правоотношения: объект, субъект и содержание. Юридические обязанности и юридические факты, их виды /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
1.7	Основы конституционного права Российской Федерации /Тема/	5	0				
1.8	Основы конституционного права Российской Федерации /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			

1.9	Определение Конституции. Конституция Российской Федерации, ее понятие и основное содержание. Понятие Конституционного права, составляющие предмета конституционного права. Особенности Российской Конституции, ее юридические свойства. Организация государственной власти Российской Федерации. Понятие конституционного строя, его элементы. Правовой статус Президента России. Функции, компетенции и полномочия Президента России. Федеральное собрание Российской Федерации, его характеристика и состав. Правительство Российской Федерации как высший орган исполнительной власти России. Права, обязанности и полномочия Правительства Российской Федерации. Органы судебной власти Российской Федерации. Гарантии независимости судей. Три ветви судебной власти Российской Федерации: Конституционные суды, суды общей юрисдикции, арбитражные суды, их функции. Принципы организации местного самоуправления. Права и свободы граждан по Конституции Российской Федерации /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
1.10	Правонарушения и их участники. Правонарушения и юридическая ответственность /Тема/	5	0				
1.11	Правонарушения и их участники. Правонарушения и юридическая ответственность /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
1.12	Правомерное поведение и виды. Норма права как мера определения правомерного поведения. Понятие правонарушения и его признаки. Состав правонарушения. Виды правонарушений: преступления и проступки. Понятие и основные признаки юридической ответственности. Виды и основания юридической ответственности. Коррупционные риски /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Основы административного права /Тема/	5	0				
2.2	Основы административного права /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
2.3	Общая характеристика административного права. Структура административного права. Субъекты административного права. Административно-правовые формы и методы. Административная ответственность. Коррупционные риски /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
2.4	Основы трудового права /Тема/	5	0				

2.5	Основы трудового права /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
2.6	Трудовое право, как одна из отраслей российского права. Предмет трудового права, методы трудового права, особенности трудового права. Общая, особенная и специальная части трудового права. Трудовой договор, его содержание. Основные и дополнительные условия трудового договора. Виды трудовых договоров и порядок их заключения. Расторжение трудового договора, порядок и основания расторжения. Дисциплинарная ответственность, меры дисциплинарного воздействия. Понятие, дисциплинарного проступка, его элементы. Виды нарушений трудовой дисциплины. Материальная ответственность работника и работодателя. Порядок возмещения материального вреда. Коррупционные риски /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
2.7	Основы уголовного и гражданского права РФ /Тема/	5	0				
2.8	Основы уголовного и гражданского права РФ /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
2.9	Понятие и задачи уголовного права РФ. Источники уголовного права РФ. Понятие уголовной ответственности, её основание. Состав преступления. Обстоятельства, исключающие общественную опасность и противоправность деяния. Система и виды уголовных наказаний. Общая характеристика Особенной части Уголовного кодекса РФ. Общие положения гражданского права. Право собственности и ограниченные вещные права. Договор и отдельные виды обязательств. Правовое регулирование предпринимательской деятельности. Коррупционные риски. /Пр/	5	2	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			
2.10	Основы семейного и экологического права РФ /Тема/	5	0				
2.11	Основы семейного и экологического права РФ /Лек/	5	2	УК-2.4-31 УК-11.1-31			
2.12	Понятие и принципы семейного права РФ. Источники семейного права РФ. Понятие брака и семьи. Регистрация и прекращение брака. Отношения родителей и детей, личные и имущественные отношения супругов. Права ребенка. Экологическое право как отрасль права. Источники экологического права. Права граждан в области экологии. Ответственность за экологические правонарушения /Пр/	5	4	УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			

2.13	Самостоятельная работа /Ср/	5	38	УК-2.4-31 УК-2.4-У1 УК-2.4-В1 УК-11.1-31 УК-11.1-У1 УК-11.1-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Вопросы для устного собеседования

1. Государство как специфическое социальное условие для формирования права
2. Роль и значение власти в обществе
3. Типы и формы государства
4. Государство и гражданское общество
5. Политическая система общества
6. Общество и государство
7. Правовое государство: понятие и признаки
8. Проблемы и пути формирования правового государства в России
9. Система органов власти и управления в РФ
10. Права и обязанности человека и гражданина
11. Правомерное поведение и виды.
12. Норма права как мера определения правомерного поведения.
13. Понятие правонарушения и его признаки.
14. Состав правонарушения.
15. Виды правонарушений: преступления и проступки.
16. Понятие и основные признаки юридической ответственности.
17. Виды и основания
18. Общая характеристика административного права.
19. Структура административного права.
20. Субъекты административного права.
21. Административно-правовые формы и методы.
22. Административная ответственность.
23. Понятие и задачи уголовного права РФ.
24. Источники уголовного права РФ.
25. Понятие уголовной ответственности, её основание.
26. Состав преступления.
27. Обстоятельства, исключающие общественную опасность и противоправность деяния.
28. Система и виды уголовных наказаний.
29. Общая характеристика Особенной части Уголовного кодекса РФ.
30. Уголовный процесс.
31. Гражданский и арбитражный процесс
32. Административный процесс
33. Понятие и стороны трудового договора.
34. Содержание трудового договора, которое определяется его обязательными и дополнительными условиями.
35. Заключение, изменение и прекращение трудового договора.
36. Права и обязанности работника и работодателя.
37. Трудовая дисциплина и трудовой распорядок.
38. Ответственность за нарушение дисциплины труда
39. Общие положения гражданского права.
40. Право собственности и ограниченные вещные права.
41. Договор и отдельные виды обязательств.
42. Правовое регулирование предпринимательской деятельности
43. Понятие и принципы семейного права РФ.
44. Источники семейного права РФ.
45. Понятие брака и семьи.
46. Регистрация и прекращение брака.
47. Отношения родителей и детей, личные и имущественные отношения супругов.
48. Права ребенка
49. Экологическое право как отрасль права.
50. Источники экологического права.
51. Права граждан в области экологии.
52. Ответственность за экологические правонарушения

Вопросы тестового контроля

3. Статус государств имеют следующие субъекты РФ: республики, края, области, автономные образования.

республики, края, области.

отдельные республики, заключившие договор с РФ.

все республики. *

4. Согласно Конституции РФ, гарантом Конституции является:

премьер-министр РФ.

Президент РФ. *

Государственная Дума РФ.

Совет Федерации.

5. Права коренных малочисленных народов в Конституции РФ:

признаются, но не гарантируются.

гарантируются. *

отрицаются.

не упоминаются.

6. Заключительный раздел Конституции содержит:

последствия принятия Конституции.

нормы о введении в действие принятой Конституции.

нормы о порядке изменения Конституции и некоторые переходные положения.

заключительные и переходные положения. *

7. Основная функция Конституции – это:

обеспечение неделимости государства.

обеспечение функционирования механизма государственной власти. *

закрепление суверенитета государства.

обеспечение действия механизма управления.

8. «Constitutio» в переводе с латинского означает:

утверждение. *

фундамент.

закрепление.

закон.

9. По Конституции Российская Федерация является государством:

демократическим.

федеративным.

правовым.

все варианты верные. *

10. Конституция РФ была принята:

12 декабря 1991 года.

12 июня 1993 года.

12 июня 1991 года.

12 декабря 1993 года. *

11. По Конституции РФ ее суверенитет распространяется на:

всю территорию страны. *

некоторые субъекты.

субъекты и города федерального значения.

города федерального значения.

12. В первой главе Конституции содержится статей:

16. *

31.

9.

10.

14. Высшую юридическую силу в РФ имеет:

Федеральный Конституционный Закон.

Федеральный Закон.

Конституция РФ. *

нет правильного ответа

16. Статус республики в составе РФ определяется:

Конституцией РФ.

Конституцией республики.

Конституцией РФ и Конституцией республики. *

Уставом республики.

17. Конституционное право регулирует:

отношения между человеком и государством.

основу конституционного строя.

устройство государства и форму правления.

все ответы верные. *

19. В двойном подчинении в РФ находятся:

республики.

города федерального значения.

автономные округа и область. *

все вышеперечисленные

20. Оптация – это:

- способ приобретения гражданства и прекращения гражданства при изменении государственной принадлежности территории. *
- прием в гражданство РФ иностранного гражданина по его заявлению при условии соответствия им требований законодательства.
- приобретение гражданства по рождению на основе принципов «права крови» и «права почвы».
- Добровольное прекращение гражданства.

21. Статус краев и областей определяется:

Федеральным конституционным законом.
Конституцией РФ и конституцией края (области).

Уставом края (области).

Конституцией РФ и уставом края (области). *

22. Граждане РФ вправе избирать и быть избранными: 1. В органы государственной власти. 2. В органы местного самоуправления. 3. В судебные органы. 4. В органы исполнительной власти.

2,4.

1,2,3,4.

1,2. *

1,2,4.

23. Одно и то же лицо не может занимать пост Президента РФ более:

трех сроков подряд.

двух сроков подряд. *

одного срока.

четырёх сроков подряд.

24. Вопросы осуществление мер по борьбе с катастрофами, стихийными бедствиями, эпидемиями, ликвидация их последствий находятся:

в ведении субъектов РФ.

в ведении РФ.

в совместном ведении РФ и субъектов. *

в ведении республик в составе РФ.

25. Выраженное Государственной Думой неодобрение политической линии, определенной акции или законопроекта Правительства, следствием чего является отставка Правительства, либо роспуск нижней палаты Парламента Президентом РФ, – это:

вето Президента.

вогум недоверия. *

кризис Правительства.

роспуск Государственной Думы.

26. В Конституции РФ особо устанавливается:

процедура создания в России чрезвычайных судов.

допустимость создания в России чрезвычайных судов.

допустимость создания в России чрезвычайных судов только в исключительных случаях.

недопустимость создания в России чрезвычайных судов. *

27. Конституция – это:

юридический документ, который содержит все законы страны.

основной закон государства, определяющий его устройство, формирование органов власти, определяющий и закрепляющий права человека и гражданина и т.д. *

свод основных государственных принципов.

свод основных государственных норм.

28. Осуществляемое путем тайного голосования утверждение гражданами проекта какого-либо документа или решения, согласие с теми или иными действиями Парламента, главы государства или Правительства называется:

выборы.

референдум. *

голосование.

собрание.

29. Статья Конституции, в которой провозглашается, что человек, его права и свободы являются высшей ценностью:

ст.7.

ст.3.

ст.2. *

ст.9.

30. По Конституции РФ земля и другие природные ресурсы могут находиться в:

частной собственности.

государственной собственности.

муниципальной собственности.

все варианты верные. *

31. По Конституции РФ государственная власть осуществляется на основе разделения на:

законодательную и исполнительную.

исполнительную и судебную.

законодательную и судебную.

законодательную, исполнительную и судебную. *

32. Участие граждан в формировании органов государственной власти и местного самоуправления путем тайного голосования называется:

референдум.

выборы. *

голосование.

собрание.

33. По Конституции РФ носителем суверенитета и источником власти в РФ является:

русское население.

органы государственной власти.

глава государства.

многонациональный народ. *

34. Порядок, при котором соблюдаются права и свободы человека и гражданина, а государство действует в соответствии с Конституцией, называется:

конституционным строем.

конституционным порядком. *

конституционным принципом.

конституционным законом.

35. Государство, которое берет на себя обязанность заботиться о социальной справедливости и благополучии своих граждан, называется:

демократическим.

социальным. *

социалистическим.

справедливым.

36. По Конституции РФ состоит из:

краев, областей, городов федерального значения, автономных областей, автономных округов.

краев, республик, областей, городов федерального значения.

краев, республик, областей, городов федерального значения, автономных областей, автономных округов.

краев, республик, областей, городов федерального значения, автономной области, автономных округов. *

37. Верховенство и независимость государственной власти внутри страны и на международной арене:

внутренний суверенитет.

внешний суверенитет.

государственный суверенитет. *

все варианты верные.

38. Территория Российской Федерации состоит из:

территории субъектов.

внутренних вод, территориального моря, воздушного пространства.

территории субъектов, внутренних вод, территориального моря, воздушного пространства. *

территории субъектов, внутренних вод, воздушного пространства.

39. Границы между субъектами могут быть изменены:

в одностороннем порядке решением Федерального Собрания.

в одностороннем порядке одним из субъектов.

с взаимного согласия субъектов. *

не могут быть изменены.

40. Защита прав и свобод человека и гражданина, защита прав национальных меньшинств находятся в ведении:

РФ.

субъекта РФ.

совместном ведении РФ и субъекта РФ. *

Президента РФ.

41. Федеративное устройство и территория РФ находятся в ведении:

Российской Федерации. *

субъектов РФ.

совместном ведении РФ и субъектов РФ.

Президента РФ.

42. Образование нового субъекта в составе РФ:

не допускается.

не предусматривается Конституцией РФ.

осуществляется в порядке, установленном Конституцией РФ.

осуществляется в порядке, установленном Федеральным Конституционным законом. *

43. Статус субъекта РФ:

может быть изменен по инициативе РФ.

не может быть изменен.

может быть изменен по инициативе субъекта РФ.

может быть изменен по взаимному согласию РФ и субъекта РФ в соответствии с ФКЗ. *

44. Федеральная государственная собственность и управление ею находится в ведении:

субъектов РФ.

РФ. *

совместном ведении субъектов РФ и Российской Федерации.

Президента РФ.

45. Расположите нормативно-правовые акты по их юридической силе, начиная с наивысшего: 1. ФКЗ; 2. ФЗ; 3. Конституция РФ; 4. подзаконные акты; 5. законы субъектов РФ;
 1,3,2,5,4.
 1,3,2,4,5.
 3,1,2,4,5.
 3,1,2,5,4. *

6.5.2. Тест 2.

1. Могут ли органы местного самоуправления принимать акты содержащие нормы трудового права?

нет;
 да. *

2. Есть ли содержательные различия между понятиями «трудовой договор» и «трудовой контракт»?

да;
 нет. *

3. Входит ли трудовой договор в систему гражданско-правовых договоров?

да;
 нет. *

4. Коллективный договор – это...

трудовой договор между несколькими работниками и одним работодателем;
 правовой акт, регулирующий социально-трудовые отношения в организации и заключаемый работниками и работодателем в лице их представителей; *
 соглашение между государственными органами, работниками и представителем работодателя.

5. По общему правилу заключение трудового договора допускается с лицами, достигшими возраста:

четырнадцати лет;
 пятнадцати лет;
 шестнадцати лет. *

6. В каких случаях лицо поступающее на работу не обязано предъявлять работодателю трудовую книжку?

только когда трудовой договор заключается впервые;
 только когда работник поступает на работу на условиях совместительства;
 когда работник поступает на работу на условиях совместительства или после пяти летнего перерыва в работе;
 когда трудовой договор заключается впервые или работник поступает на работу на условиях совместительства. *

7. При фактическом допущении работника к работе работодатель обязан оформить с ним трудовой договор в письменной форме не позднее...

трех дней со дня фактического допущения работника к работе; *
 десяти дней со дня фактического допущения работника к работе;
 месяца со дня фактического допущения работника к работе.

8. Для кого из представленных ниже категорий можно устанавливать испытание при приеме на работу...

государственных служащих; *
 лиц, окончивших образовательные учреждения начального, среднего и высшего профессионального образования и впервые поступающих на работу по полученной специальности;
 лиц, избранных (выбранных) на выборную должность на оплачиваемую работу.

9. По общему правилу работник имеет право расторгнуть трудовой договор, предупредив об этом работодателя в письменной форме...

за две недели; *
 за три недели;
 за четыре недели.

10. Нормальная продолжительность рабочего времени не может превышать...

36 часов в неделю;
 40 часов в неделю; *
 48 часов в неделю.

11. Влечет ли работа на условиях неполного рабочего времени для работников какие-либо ограничения продолжительности ежегодного основного оплачиваемого отпуска, исчисления трудового стажа и других трудовых прав?

да;
 да, если работа на таких условиях осуществляется более трех месяцев;
 нет. *

12. Ночное время в трудовом законодательстве определяется, как...

время с 20 часов до 6 часов;
 время с 22 часов до 6 часов; *
 время с 24 часов до 5 часов.

13. Что из перечисленного не относится к видам времени отдыха:

ежедневный (междусменный) отдых;
 выходные дни (еженедельный непрерывный отдых);
 пропуск по болезни; *
 нерабочие праздничные дни;
 отпуска.

14. Продолжительность еженедельного непрерывного отдыха не может быть менее...

10 часов;

24 часов;

42 часов.*

15. В соответствии с действующим трудовым законодательством, продолжительность рабочего дня или смены, непосредственно предшествующих нерабочему праздничному дню, уменьшается на...

один час;*

два часа;

три часа.

16. Включаются ли в стаж работы, дающий право на ежегодный основной оплачиваемый отпуск непосредственно время ежегодного оплачиваемого отпуска?

да;*

только в случае, если отпуск предоставлен по инициативе работодателя;

нет.

17. Право на использование отпуска за первый год работы возникает у работника по истечении...

шести месяцев его непрерывной работы в данной организации;*

десяти месяцев его непрерывной работы в данной организации;

двенадцати месяцев его непрерывной работы в данной организации.

18. Замена отпуска работнику денежной компенсацией работодателем является его...

правом;*

обязанностью.

19. Допускается ли оплата труда работника в неденежной форме (например, продукцией предприятия)?

да;

да, если между работодателем и работником есть согласие по этому вопросу, но при этом доля заработной платы, выплачиваемой в неденежной форме, не может превышать 20 процентов от общей суммы заработной платы;*

да, если у предприятия нет на счетах свободны денежных средств;

нет.

20. Оплачивается ли по действующему законодательству время простоя по вине работодателя?

да;

нет;

если работник в письменной форме предупредил работодателя о начале простоя, оплачивается в размере не менее двух третей средней заработной платы работника.*

Вопросы для промежуточной аттестации (зачета)

1. Теории происхождения государства и права.

2. Понятие и признаки государства.

3. Понятие и признаки права.

4. Типология государств.

5. Формы государства.

6. Формы правления.

7. Формы государственного устройства.

8. Формы политического режима.

9. Функции права.

10. Правовое государство: понятие и признаки.

11. Понятие системы права, отрасли права.

12. Норма права, её структура.

13. Формы (источники) права.

14. Правовое сознание. Правовая и политическая культура.

15. Понятие и состав правоотношения.

16. Участники (субъекты) правоотношений.

17. Физические и юридические лица, их правоспособность и дееспособность.

18. Понятие, признаки и состав правонарушения.

19. Виды правонарушений.

20. Общая характеристика основ российского конституционного строя.

21. Понятие основ правового статуса человека и гражданина и его принципы.

22. Система основных прав, свобод и обязанностей человека и гражданина.

23. Конституционно-правовой статус Президента РФ, его положение в системе органов государства.

24. Порядок выборов и прекращения полномочий Президента РФ.

25. Конституционно-правовой статус Федерального Собрания, его место в системе органов государства и структура.

26. Понятие и принципы избирательного права.

27. Правительство Российской Федерации, его структура и полномочия.

28. Судебная система РФ, её структура.

29. Понятие, принципы и система гражданского права как частного права.

30. Субъекты гражданского права.

31. Объекты гражданского права.

32. Дееспособность физических лиц.

33. Виды юридических лиц.

34. Сделки: понятие, содержание.
35. Виды сделок. Форма сделок.
36. Ценные бумаги как объекты гражданских прав.
37. Условия действительности и недействительности сделок.
38. Исковая давность.
39. Приобретение и прекращение права собственности.
40. Договор купли-продажи.
41. Договор аренды. Договор займа.
42. Понятие трудового права.
43. Коллективный договор и соглашения.
44. Трудовой договор (контракт): понятие, стороны, содержание.
45. Порядок заключения и расторжения трудового контракта.
46. Понятие и виды трудового времени.
47. Трудовые споры.
48. Регистрация и расторжение брака.
49. Имущественные отношения супругов, родителей и детей.
50. Права ребенка.
51. Алиментные обязательства членов семьи.
52. Условия заключения брака.
53. Предмет административного права.
54. Административное правонарушение.
55. Понятие и задачи уголовного права.
56. Понятие уголовной ответственности.
57. Понятие экологического права.
58. Экологическая ответственность.

Темы для дискуссий

Дискуссия 1. Тема: Устройство государственной власти — решающий фактор развития государства.

Первая точка зрения. Монархия — лучший способ управления обществом. Власть в монархии переходит по наследству, и поэтому общество относится к передаче власти довольно спокойно в отличие от бурных страстей во время избирательной кампании в республике. Кроме того, при передаче власти по наследству на ветер не выбрасываются огромные деньги, которые неизбежно тратятся при проведении выборов.

Вторая точка зрения. Республика представляет собой более прогрессивную форму правления. Республика — это коллективное правление, учитывающее мнение избирателей, т. е. всего населения, при принятии решения.

Дискуссия 2. Тема дискуссии. Тоталитаризм как государственный режим.

Первая точка зрения. Тоталитаризм — жестокий режим, и жаль наших родителей (наших бабушек и дедушек) за то, что им досталась такая несчастливая жизнь.

Вторая точка зрения. Тоталитарный режим был для СССР благом. При нем советское общество отличалось стабильностью, каждый имел крышу над головой, работу, пусть маленький, но гарантированный заработок, отпуск, о заказных убийствах и не слышали и т. п.

Дискуссия 3. Тема 1. Армия как необходимый атрибут государства.

Первая точка зрения. Армия — это сила государства, его мускулы. Чем армия больше, тем сильнее государство.

Вторая точка зрения. Армия ничего не производит. Однако на свое содержание требует много средств. Следовательно, чем больше армия, тем беднее и слабее государство.

Коллоквиум

1. Что такое правомерное поведение?
2. Какие виды правомерного поведения вы знаете?
3. Приведите из своей жизни пример сознательно-убежденного поведения. Какова, на ваш взгляд, доля граждан, поступающих подобным образом?
4. Приведите из своей жизни пример конформистского правомерного поведения. Можно ли конформистов осуждать или они все же заслуживают одобрения?
5. Приведите из своей жизни пример правомерного поведения, основанного на страхе подвергнуться применению санкции. Можно ли осуждать таких людей?

6. Что мы называем правонарушением?
7. Назовите признаки правонарушения.
8. Что опаснее для общества: правонарушение-действие или правонарушение-бездействие?
9. Можно ли при применении мер юридической ответственности руководствоваться принципом: «Наказывается все, что вредно (опасно) для общества»?
10. Справедливо ли наказывать человека, если вред причинен домашним животным, ему принадлежащим?
11. Почему нельзя наказывать невиновного за причинение вреда?
12. Какие виды правонарушений вы знаете?
13. Чем преступления отличаются от проступков?
14. Что такое административный проступок? Приведите примеры, заглянув в Кодекс об административных правонарушениях РФ.
15. Что такое дисциплинарный проступок? Приведите примеры.
16. Что такое гражданский проступок? Приведите примеры.
17. Какие финансовые проступки наиболее распространены и почему?
18. Постарайтесь вспомнить семейные проступки, которые вы совершили последнее время.
19. В чем, на ваш взгляд, состоят причины правонарушений?
20. Что такое юридическая ответственность и чем она отличается от ответственности моральной?
21. Зачем применяется юридическая ответственность?
22. Какие виды юридической ответственности вы знаете?
23. Какие уголовные санкции вы знаете?
24. Какие административные санкции вы знаете?
25. Какие дисциплинарные санкции вы знаете?
26. Какие гражданско-правовые санкции вы знаете?
27. Какие финансовые санкции вы знаете?
28. Какие семейно-правовые санкции вы знаете?

Практические работы

На основе анализа Трудового кодекса Российской Федерации заполнить таблицу. Ответьте на перечисленные в таблице вопросы письменно от руки,.

Содержание таблицы:

Характеристики:

Цели трудового законодательства

Понятие принудительного труда

Понятие трудового договора

Понятие рабочего времени

Категории лиц, для которых устанавливается сокращенная продолжительность рабочего времени

Понятие сверхурочной работы

Понятие времени отдыха

Исчисление стажа работы, дающего право на ежегодные оплачиваемые отпуска

Установление минимального размера оплаты труда

Тарифные системы оплаты труда

Ответственность работодателя за нарушение сроков выплаты заработной платы и иных сумм, причитающихся работнику

Виды поощрения за труд

5.2. Темы письменных работ

1. Общая характеристика конституционного строя Российской Федерации.
2. Значение конституционного определения России как демократического, правового, федеративного суверенного, социального, светского государства в форме республики.
3. Понятие основ правового статуса человека и гражданина и его принципы.
4. Этапы конституционной реформы в России.
5. Понятие административного права.
6. Административные правонарушения.
7. Ответственность по административному праву.
8. Административно-правовая организация управления экономикой, социально-культурной и административно-политической сферами
9. Основные принципы уголовного права.
10. Действие уголовного закона во времени, в пространстве и по кругу лиц.
11. Стадии совершения преступления.
12. Соучастие в преступлении.
13. Особенности уголовной ответственности несовершеннолетних.
14. Правовые основы защиты государственной тайны.
15. Законодательные и нормативно-правовые акты в области защиты государственной тайны
16. Понятие и функции процессуального права.
17. Принципы процессуального права.
18. Административно-процессуальное право России.
19. Гражданское процессуальное право.

20. Уголовно-процессуальное право. Понятие и стороны трудового договора.
21. Содержание трудового договора, которое определяется его обязательными и дополнительными условиями.
22. Заключение, изменение и прекращение трудового договора.
23. Права и обязанности работника и работодателя.
24. Трудовая дисциплина и трудовой распорядок.
25. Ответственность за нарушение дисциплины труда
26. Понятие, законодательство и система гражданского права.
27. Гражданские правоотношения.
28. Субъекты гражданского права РФ.
29. Объекты гражданского права РФ.
30. Сделки: понятие, виды, формы.
31. Представительство.
32. Исковая давность.
33. Понятие и формы права собственности.
34. Право интеллектуальной собственности.
35. Понятие и принципы семейного права РФ.
36. Источники семейного права РФ.
37. Понятие брака и семьи.
38. Регистрация и прекращение брака.
39. Отношения родителей и детей, личные и имущественные отношения супругов.
40. Права ребенка
41. Понятие и определение экологического права.
42. Принципы экологического права.
43. Источники экологического права.
44. Экологические права граждан.
45. Ответственность за экологические правонарушения.
46. Организация государственного управления природопользованием и охраной окружающей среды.

5.3. Фонд оценочных средств

Вопросы для самостоятельного изучения

Гражданство РФ: понятие, основания приобретения и прекращения.

Избирательное право: понятие и виды, принципы, система и процесс

Административное взыскание

Порядок наложения административных взысканий

Объективные и субъективные признаки состава преступления.

Понятие наказания.

Цели наказания.

Уголовная ответственность за совершение преступлений.

Понятие государственной тайны.

Ответственность за разглашение государственной тайны.

Конституционно-процессуальное право Российской Федерации.

Арбитражный процесс

Понятие и стороны трудового договора.

Содержание трудового договора, которое определяется его обязательными и дополнительными условиями.

Заключение, изменение и прекращение трудового договора.

Права и обязанности работника и работодателя.

Трудовая дисциплина и трудовой распорядок.

Ответственность за нарушение дисциплины труда

Понятие и исполнение обязательств.

Ответственность за нарушение обязательств.

Договорные обязательства

Усыновление (удочерение), принятие детей на воспитание в семью, опека и попечительство: понятие, юридическое значение и правовые последствия.

Защита семейных прав.

Брачный договор

Экономико-правовой механизм охраны окружающей среды.

Особо охраняемые природные территории.

Лицензирование природопользования и охраны окружающей среды.

Оценка воздействия на окружающую среду и экологическая экспертиза.

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 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. 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.
3. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основные формы: зачет

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 тестирования по всем темам дисциплины. Тестирование осуществляется в системе дистанционного обучения.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного занятия проводится в следующих формах: 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).

Сдача зачета по дисциплине оценивается от 0 до 50 баллов.

Итоговое оценивание уровня сформированности компетенций по дисциплине проводится комплексно по результатам

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

6.1. Рекомендуемая литература

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, необходимой для освоения дисциплины

1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С. В. Алексеев. – М. : Советский спорт, 2013. – 517 с. – ISBN 978–5–9718–0632–5. – Текст : непосредственный.
2. Алексеев, С.В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте : учебник / С.В. Алексеев. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Спорт–Человек, 2017. — 672 с. — ISBN 978–5–906839–91–6. — Текст : электронный // Лань : электронно–библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/97544> (дата обращения: 14.01.2020). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Буянова, М. О. Правовое регулирование охраны труда спортсменов в России и Германии : монография / М. О. Буянова. – М. : Русайнс, 2016. – 142 с. – ISBN 978–5–4365–1506–9. – Текст : непосредственный.
4. Мелехин, А. В. Правовое регулирование физической культуры и спорта : учебник / А. В. Мелехин. – М. : Юрайт, 2014. – 479 с. – ISBN 978–5–9916–3524–0. – Текст : непосредственный.
5. Правоведение : учебник / Отв. ред. Б. И. Пугинский. – М : Юрайт, 2011. – 480 с. – ISBN 978–5–9916–1227–2. – Текст : непосредственный.
6. Правоведение : учебник для вузов / В. А. Белов [и др.] ; под редакцией В. А. Белова, Е. А. Абросимовой. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 414 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06229-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493653> (дата обращения: 31.03.2022).
7. Шкатулла, В. И. Правоведение: учебное пособие / Под ред. В.И.Шкатуллы. – М.: Академия, 2010. – 528 с. – ISBN 978-5-7695-7655-3. – Текст: непосредственный.
8. Правоведение: учебник / Отв. ред. Б.И.Пугинский. – М.: Юрайт, 2011. – 480 с. – ISBN 978-5-9916-1227-2. – Текст: непосредственный.
9. Мелехин, А. В. Правовое регулирование физической культуры и спорта: учебник / А. В. Мелехин. – М.: Юрайт, 2014. – 479 с. – ISBN 978-5-9916-3524-0. – Текст: непосредственный.

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)
6.3.1.6	Для 43.00.00

стр. 17

6.3.1.7	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)
6.3.1.8	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Сайты:

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.
2. ЭБС Юрайт : [сайт]. – Москва, 2013 – . – URL: <https://urait.ru> (дата обращения: 28.08.2025). – Текст: электронный
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.
4. Поволжская академия физической культуры, спорта и туризма : сайт. – Казань : ПГАФКСиТ, 2013 – . – URL: <http://https://www.libsportacadem.ru> (дата обращения 28.08.2025). – Текст электронный.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

стр. 18

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
	A 101 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету A 102 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету A 103 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету A 106 (кинозал) - компьютер ICL RAY, проектор EPSON, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов, доступ к Интернету A 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. B202C - компьютер ICL RAY, проектор, ТВ LG 55 дюймов, акустическая система, доступ к Интернету B203 (массаж) - персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 55LM620T на стойке, акустическая система, 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. D212 - Персональный компьютер, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, видеобар с камерой микрофоном и АС, доступ к интернету 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 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. E408 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК ТВ Hyundai 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. E501 - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор LG 65 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету E502 - Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25

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. Студентам необходимо:

- перед каждой лекцией желательно просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на понимание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;
- перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции.

При затруднениях в восприятии материала следует изучить рекомендуемую основную и дополнительную литературу, либо обратиться к преподавателю (по графику его консультаций).

2. Рекомендации по подготовке к семинарскому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются семинарские и практические занятия. Семинарские занятия проводятся с целью изучения, обобщения и закрепления теоретических вопросов конфликтологии, это помогает 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 включает в себя следующие элементы:

- 1) обсуждение теоретических вопросов;
- 2) выполнение контрольных (в форме тестирования);
- 3) заслушивание докладов с презентациями

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.

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.

3. Рекомендации по подготовке к практическому занятию

Практическое занятие включает в себя выполнение практико-ориентированных заданий;

Студентам следует:

- приносить с собой рекомендованные материалы 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 все задания до окончательного решения, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, 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

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 и выполнения различного вида самостоятельных работ. 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, либо предоставление студентам возможности самостоятельного поиска необходимой информации.

Самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной и популярной литературой, материалами периодических изданий и Интернета 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.

Рекомендации по работе с литературой

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

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

Главная задача преподавателя – мотивировать студента на поиск и изучение литературы по дисциплине, и мотивировать так, чтобы интерес к поиску и чтению соответствующей литературы сохранился и после завершения курса. Выбор литературы для изучения делается обычно по предварительному списку литературы, который выдает 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.

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



Рабочая программа дисциплины **Русский язык**

Закреплена за кафедрой

Кафедра иностранных языков и языкознания

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 2

аудиторные занятия

34

самостоятельная работа

38

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	2 (1.2)		Итого	
Неделя	20 3/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	4	4	4	4
Практические	30	30	30	30
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.фил.н., Доц., Бекбулатова Гульнара Рафкатовна  _____

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 7

Зав. кафедрой Павицкая З.И.  _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цели освоения дисциплины: формирование у студентов представления о русском языке как средстве общения и передачи информации, усвоение основных норм русского литературного языка, развитие умения студентов выбирать и использовать средства русского языка в соответствии с целями и условиями устной и письменной коммуникации в профессиональной среде.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Основы российской государственности	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Социальная адаптация в условиях профессиональной деятельности	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-4: Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)

УК-4.1:Выбирает стиль делового общения на государственном языке РФ и иностранном языке в зависимости от цели и условий партнерства; адаптирует речь, стиль общения и язык жестов к ситуациям взаимодействия

Знать:

- основы делового общения, способствующие развитию общей культуры и социализации общества;
- основные понятия и терминологию на русском языке в области физической культуры и спорта, образования, сферы профессиональной деятельности в соответствии с направленностью ОПОП;
- правила словообразования лексических единиц, правила их сочетаемости и правила употребления в русском языке;
- все основные виды чтения;

Уметь:

- пользоваться языковой и контекстуальной догадкой для раскрытия значения незнакомых слов;
- получать общее представление о прочитанном;
- определять и выделять основную информацию текста;
- обобщать изложенные в тексте факты, делать выводы по прочитанному;
- определять важность (ценность) информации;
- описывать и объяснять особенности осуществления деловой коммуникации в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации в области пропаганды и связи с общественностью в сфере образования и ФК;

Владеть:

- навыками аргументированного изложения своих мыслей в письменной форме для подготовки тезисов, рефератов и письменного конспекта;
- владение основами профессиональной этики и речевой культуры;
- действиями (навыками) по соблюдению правовых, нравственных и этических норм, требований профессиональной этики в условиях реальных педагогических ситуаций.

УК-4.2:Представляет свою точку зрения при деловом общении и в публичных выступлениях

Знать:

- основы владения правилами и нормами современного русского литературного языка и культуры речи;
- нормативный, коммуникативный, этический аспекты устной и письменной речи;
- функциональные стили современного русского языка и особенности их взаимодействия;

Уметь:

- выражать различные коммуникативные намерения (запрос/сообщение информации);
- правильно и аргументированно сформулировать свою мысль в устной и письменной форме;
- вести беседу, целенаправленно обмениваться информацией профессионального характера по определенной теме;
- общаться, вести гармонический диалог и добиваться успеха в процессе коммуникации;

Владеть:

- навыками публичной речи (монологическое высказывание по профессиональной тематике: сообщение, доклад, диалогическое высказывание, дискуссия);
- публичной защиты результатов собственных научных исследований;
- соблюдать профессиональные этические требования в процессе профессиональной деятельности;

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. Культура речи как составляющая общей культуры спортсмена. Нормативный аспект культуры речи спортсмена.						
1.1	1. Современное состояние русского языка. Культура речи и ее составляющие. Нормативный, коммуникативный, этический аспекты культуры речи. 2. Язык как система. Уровни и единицы языка. Основные функции языка. 3. Язык и речь. Отличительные свойства языка и речи. Особенности речи спортсмена. /Тема/	2	0				
1.2	1. Современное состояние русского языка. Культура речи и ее составляющие. Нормативный, коммуникативный, этический аспекты культуры речи. Культура речи в спортивной языковой среде. 2. Язык как система. Уровни и единицы языка. Основные функции языка. 3. Язык и речь. Отличительные свойства языка и речи. Особенности речи спортсмена. /Лек/	2	4	УК-4.1-У1 УК-4.2-31	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.3	1. Современное состояние русского языка. Культура речи и ее составляющие. Нормативный, коммуникативный, этический аспекты культуры речи. Культура речи в спортивной языковой среде. 2. Язык как система. Уровни и единицы языка. Основные функции языка. 3. Язык и речь. Отличительные свойства языка и речи. Особенности речи спортсмена. /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.4	1. Современное состояние русского языка. Культура речи и ее составляющие. Нормативный, коммуникативный, этический аспекты культуры речи. Культура речи в спортивной языковой среде. 2. Язык как система. Уровни и единицы языка. Основные функции языка. 3. Язык и речь. Отличительные свойства языка и речи. Особенности речи спортсмена. /Ср/	2	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.5	1. Нормативный аспект культуры речи. Виды норм (лексические, орфоэпические, акцентологические, грамматические, текстовые, орфографические, пунктуационные, стилистические). Ошибки в речи спортсменов. 2. Спортивный сленг: союзник или противник. Профессиональный спортивный жаргон. 3. Активный словарный запас спортсмена и его обогащение. /Тема/	2	0				

1.6	1. Нормативный аспект культуры речи. Виды норм (лексические, орфоэпические, акцентологические, грамматические, текстовые, орфографические, пунктуационные, стилистические). Ошибки в речи спортсменов. 2. Спортивный сленг: союзник или противник. Профессиональный спортивный жаргон. 3. Активный словарный запас спортсмена и его обогащение. /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.7	1. Нормативный аспект культуры речи. Виды норм (лексические, орфоэпические, акцентологические, грамматические, текстовые, орфографические, пунктуационные, стилистические). Ошибки в речи спортсменов. 2. Спортивный сленг: союзник или противник. Профессиональный спортивный жаргон. 3. Активный словарный запас спортсмена и его обогащение. /Ср/	2	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
	Раздел 2. Раздел 2. Функциональные стили речи. Коммуникативный и этический аспекты культуры речи спортсмена.						
2.1	1. Функциональные стили русского языка. Сферы и ситуации официально-делового общения. Общение межличностное и групповое, развитие навыков межличностных коммуникаций. Особенности устной формы официально-делового стиля. Деловая беседа в области спорта и ее цели. 2. Научный стиль. Сфера его функционирования. Основные разновидности и жанры. Специфика учебно-научных жанров вторичных текстов. 3. Публицистический стиль. Жанровая дифференциация и отбор языковых средств в публицистическом стиле. Особенности языка спортивной прессы. 4. Особенности устной публичной речи. Оратор и его аудитория. Развитие лидерских качеств. Языковой портрет современного спортсмена. Подготовка к интервью. 5. Композиция публичного выступления. Подготовка к выступлению. Построение убеждающего монолога с целью развития навыков командной работы, принятия решений. /Тема/	2	0				

2.2	1. Функциональные стили русского языка. Сферы и ситуации официально-делового общения. Общение межличностное и групповое, развитие навыков межличностных коммуникаций. Особенности устной формы официально-делового стиля. Деловая беседа в области спорта и ее цели. 2. Научный стиль. Сфера его функционирования. Основные разновидности и жанры. Специфика учебно-научных жанров вторичных текстов. 3. Публицистический стиль. Жанровая дифференциация и отбор языковых средств в публицистическом стиле. Особенности языка спортивной прессы. 4. Особенности устной публичной речи. Оратор и его аудитория. Развитие лидерских качеств. Языковой портрет современного спортсмена. Подготовка к интервью. 5. Композиция публичного выступления. Подготовка к выступлению. Построение убеждающего монолога с целью развития навыков командной работы, принятия решений. /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.3	1. Функциональные стили русского языка. Сферы и ситуации официально-делового общения. Общение межличностное и групповое, развитие навыков межличностных коммуникаций. Особенности устной формы официально-делового стиля. Деловая беседа в области спорта и ее цели. 2. Научный стиль. Сфера его функционирования. Основные разновидности и жанры. Специфика учебно-научных жанров вторичных текстов. 3. Публицистический стиль. Жанровая дифференциация и отбор языковых средств в публицистическом стиле. Особенности языка спортивной прессы. 4. Особенности устной публичной речи. Оратор и его аудитория. Развитие лидерских качеств. Языковой портрет современного спортсмена. Подготовка к интервью. 5. Композиция публичного выступления. Подготовка к выступлению. Построение убеждающего монолога с целью развития навыков командной работы, принятия решений. /Ср/	2	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		

2.4	1. Коммуникативный аспект культуры речи. Коммуникативные качества речи, обеспечивающие оптимальное общение спортсменов. 2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена. /Тема/	2	0				
2.5	1. Коммуникативный аспект культуры речи. Коммуникативные качества речи, обеспечивающие оптимальное общение спортсменов. 2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена. /Пр/	2	6	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.6	1. Коммуникативный аспект культуры речи. Коммуникативные качества речи, обеспечивающие оптимальное общение спортсменов. 2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена. /Ср/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Задание 1.

Задание 1. Определите стиль каждого из приведенных ниже фрагментов. Укажите стилевые черты и языковые особенности, которые помогли вам в определении стиля.

а) «Ни былой, ни грядущей минуте не верь, верь минуте текущей...» Омар Хайям в XII веке сформулировал позицию на все случаи жизни. Особенно полезно об этом думать, когда на душе неспокойно и слишком боязно заглядывать в обозримое будущее, а о прошлом так вовсе лучше не вспоминать. Написано словно для нынешней ситуации с выступлением наших клубов в еврокубках.

Позади – полный мрак: провал «Динамо» в игре квалификации Лиги Европы с бедняшким тбилиским «Локомотивом», неожиданная катастрофа «Ростова» там же с «Маккаби». Евросезон еще толком не начался, а уже всю слышны разговоры о новом уровне пробитого нашим бездонным футболом дна. У России минус два клуба из шести в еврокампании нынешнего сезона. И печальные, как видится сегодня, перспективы в Лиге чемпионов.

б) – Ну, и где вы были вчера? Рассказывай! – Фильм ходили смотреть. Новый. – Что за фильм? – Триллер какой-то. – Как называется-то? – Да не помню я, забыл. Из головы вылетело. – Ну, хоть понравился? – Ничего так. Но второй раз смотреть бы не стал.

в) В необходимых случаях при установлении налога в акте законодательства о налогах и сборах могут также предусматриваться налоговые льготы и основания для их использования налогоплательщиком. При установлении сборов определяются их плательщики и элементы обложения применительно к конкретным сборам.

г) Никто не стеснял моей свободы. Я делал что хотел, особенно с тех пор, как я расстался с последним моим губернатором-французом, который никак не мог привыкнуть к мысли, что он упал «как бомба» (commeunbombe) в Россию, и с ожесточенным выражением на лице по целым дням валялся на постели. Отец обходился со мной равнодушно-ласково; матушка почти не обращала на меня внимания, хотя уней, кроме меня, не было детей: другие заботы ее поглощали. Мой отец, человек еще молодой и очень красивый, женился на ней по расчету; она была старше его десятью годами. Матушка моя вела печальную жизнь: беспрестанно волновалась, ревновала, сердилась – но не в присутствии отца; она очень его боялась, а он держался строго, холодно, отдаленно...

Задание 2.

Прочитайте некоторые советы по ведению деловых телефонных разговоров. Что вы можете добавить к прочитанному? Со всеми ли рекомендациями вы согласны?

Служебный разговор по телефону обычно включает в себя такие элементы, как взаимные представления, введение собеседника в курс дела, обсуждение вопроса, заключение.

Сняв трубку, четко представьтесь или назовите свое учреждение. После представления поприветствуйте абонента. Для последнего ответ по телефону формирует впечатление не только о вас лично, но и обо всем учреждении в целом.

Старайтесь не допускать начала разговора с односложных слов типа «Да», «Слушаю». Начинайте приветствие со слов «Добрый день (утро, вечер)».

Отрицательное впечатление на собеседника может произвести употребление жаргонных выражений типа «ок», «идёт», «добро», «заметано» и др. Неправильный тон в начале разговора способен повлиять на его эффективность, вызвав ответную реакцию собеседника. Акустической особенностью телефонного разговора является эффект зеркальности: если вы говорите тихо, то и отвечать вам будут вполголоса, напротив, если вы говорите громко, то и ответ будет дан повышенным тоном.

Не употребляйте труднопроизносимые слова, говорите четко.

Старайтесь избегать категоричных утверждений, не навязывайте собеседнику готовых решений. Если возникает необходимость отойти от телефона и навести справки, то предупредите о времени поиска. Лучше назвать точное время, когда абонент может перезвонить, или предложить перезвонить в удобное для него время.

(По В.А. Сухареву)

Задание 3. Составьте резюме по следующей структуре, учитывая особенности официально-делового стиля.

1. Желаемая должность

Должность, на которую соискатель претендует при поиске работы. Например: «Получение должности тренера по художественной гимнастике».

2. Фамилия, имя и отчество соискателя

3. Дата рождения

4. Контактная информация (контактные телефоны, электронный адрес, адрес проживания).

5. Зарплатные ожидания

6. Профессиональные навыки (знание теории и методики обучения базовым видам спорта, знание теории и методики обучения избранному виду спорта, навыки организации тренировочного процесса, навыки организации соревнований, навыки судейства и т.д.).

7. Образование

Наименование учебного заведения (ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма»), период обучения, квалификация.

8. Дополнительное образование

Участие в тренингах, курсах, семинарах, конференциях и т.п.

9. Опыт работы

Наименование и сфера деятельности организации, период работы, наименование должности, описание функциональных обязанностей и основных профессиональных достижений (начинать описание необходимо с последнего места работы, т.е. излагать информацию в обратном хронологическом порядке).

10. Личностные качества

Профессиональные качества соискателя (5-10 качеств, максимально соответствующих вакансии, на которую претендуете).

11. Дополнительные данные

Уровень владения ПК, знание специальных программ, владение оргтехникой, знание иностранных языков, уровень владения иностранным языком (начальный, продвинутый, свободное владение), сведения о семейном положении, готовность к командировкам, наличие водительского удостоверения

12. Хобби, интересы, увлечения

Фото

В верхнем углу резюме можно поместить фото.

При составлении резюме важно помнить: все данные должны быть достоверными, резюме должно быть написано понятным языком, поэтому лучше избегать употребления разного рода аббревиатур и сложных терминов. При оформлении резюме желательно не использовать разнообразие шрифтов и размеров символов.

ДЕЛОВАЯ ИГРА

Деловая игра по разделу «Функциональные стили речи. Композиция публичного выступления»

Вопросы для обсуждения:

1. Что представляет собой публичная речь? В чем заключаются особенности речи спортсменов?

2. Перечислите основные приемы изложения и объяснения содержания речи. В чем заключается специфика убеждающего монолога?

3. Какие существуют основные этапы подготовки к конкретному выступлению?

4. Что является главной составляющей подготовки к выступлению?

5. Что реализуется в главной части выступления? С чего целесообразно начать подготовку темы: а) с определения проблем; б) с выписки цитат; в) с составления плана; г) с поиска материалов?

6. Подготовьте план убеждающего монолога. Произнесите монолог публично.

Темы для выступлений

1. Красота спортивной лексики и умение ее замечать.

2. Должен ли каждый человек заниматься спортом?

3. Спортивный сленг: союзник или противник?

4. Образ спортсмена в социальных сетях.

5. Зависит ли наше будущее от учёбы?

6. Надо ли нам учиться у Запада?

7. Экология спорта.

8. Стоит ли учиться за границей?

9. Женские и мужские виды спорта.

10. Нужен ли студенту автомобиль?

11. «От сессии до сессии живут студенты весело»?

12. Надо ли гнаться за успехом?

13. «Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого» (В.А. Сухомлинский).

14. «Если я цитирую других, то лишь для того, чтобы лучше выразить свою собственную мысль» (М. Монтень).

15. «Спорт не воспитывает характер, а выявляет его» (Х. Браун).

16. «Спорт – это здоровье. Спорт – это хорошее настроение. Спорт – это долголетие» (Э. Хемингуэй).

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

Контрольная работа № 1

Разделы: «Культура речи как составляющая общей культуры спортсмена», «Нормативный аспект культуры речи спортсмена»

1. Назовите основные уровни и единицы языка.
2. Назовите основные аспекты культуры речи, дайте определение этим аспектам.
3. В предложениях найдите и исправьте ошибки:
 - 1) Я хочу представить слово господину Кравцову.
 - 2) Вчера нами был получен очень важный месседж.
 - 3) В последнее время стали появляться статьи, в которых предлагается новое понимание о том, какая должна быть речь.
 - 4) Наберите в себе силы сделать первый шаг.
 - 5) Мы вышли из-за стола не сладко хлебавши.
 - 6) Я бы спросил только один вопрос.
 - 7) Посмотрим, куда будет дальше развиваться ситуация.
 - 8) Ваше предложение ни на чем не обосновано.
 - 9) Она у нас такой выдумщик.
 - 10) На этой встрече приняли участие представители многих партий.
4. Объясните значение следующих слов:

Брифинг, интервенция, ипохондрик, конгломерат, консалтинг, респондент, мизантроп.

5. Составьте словосочетания с данными паронимами:

Архаический – архаичный, выборный – выборочный, гармонический – гармоничный, демократический – демократичный, длинный – длительный, добровольный – добровольческий, драматичный – драматический, надеть – одеть.

6. Объясните значение следующих фразеологизмов и крылатых выражений:

Держать в курсе, зайти в тупик, звезда первой величины, плясать под чью-то дудку, пожинать плоды, вгонять в краску.

7. От данных слов образуйте формы единственного числа, если это возможно. Обратите внимание на то, не изменилось ли при этом лексическое значение слова.

Бега, белила, беседы, брюки, бутсы, браслеты, вафли, весы, всходы, вещи, выборы, галеты, георгины, дома, деньги, дрова, загадки, жмурки, кабинеты, клавиши, консервы, каникулы, мелочи.

8. К существительным подберите прилагательные:

Пенальти, рефери, жюри, УЕФА, ФИФА, вуз, ФИДЕ, ЦСКА, «ура», «здравствуйте».

9. От существительных образуйте форму Родительного падежа множественного числа:

Англичане, монголы, армяне, калмыки, болгары, шорты, мокасины, гетры, бутсы, кеды.

10. Раскройте скобки, употребляя слова в нужной форме:

1. Большинство спортсменов, несмотря на усталость, (был.. готов..) к новым играм.
2. На столе (лежать) блокнот, стопка бумаги и два карандаша.
3. Большинство игроков команды (борол..сь) за победу самоотверженно.
4. В разработке проекта (принимать участие) три научно-исследовательских института.
5. Некоторая часть наших сотрудников еще (нужда..тся) в подготовке.

Контрольная работа № 2

Разделы: «Функциональные стили речи. Особенности жанров спортивной публицистики», «Коммуникативный и этический аспекты культуры речи спортсмена»

1. Назовите основные единицы речевого общения, дайте им определение.
2. Назовите основные психологические принципы речевой коммуникации.
3. Укажите правильное написание Н и НН в следующих словосочетаниях:
 - 1) скамьи слома..ый, современ..ик; 2) плохо глаже..ый, деревня..ый; 3) реше..ый, эмалирова..ый;
 - 4) имуществе..ый, взволнова..ый
4. Проанализируйте текст письменно. Определите стиль данного текста. Какие тропы и фигуры вы можете указать в приведенном отрывке? Какова их роль?

ЦСКА, «Барселона» и неожиданно «Химки». Кто входит в список фаворитов Евролиги?

В преддверии старта турнира «Советский спорт» изучил составы команд и порассуждал на тему, у кого лучшие шансы на титул.

В межсезонье у армейцев серьезно сократился бюджет ввиду известных причин, главная из которых – кризис. Ну и проблемы у главного спонсора клуба – «Норникеля», вызванные аварией в Норильске, тоже наверняка сыграли свою роль. Впрочем, изменения в составе связаны не только с этим. ЦСКА покинул многолетний лидер и капитан Кайл Хайнс, ушел Ховард Сент-Рос, а также Андрей Воронцевич, проведший в стане армейцев 14 лет. Впрочем, эти потери команда Итудиса смогла компенсировать приобретением сразу двух суперзвезд – форварда «Басконии» Торнике Шенгелии и сербского центрового «Олимпиакоса» Николы Милутинова, который способен оттереть от щита практически любого соперника, поэтому уход Хайнса (новым капитаном стал Никита Курбанов) не должен сильно сказаться на выступлениях красно-синих. Впрочем, финансовые трудности все-таки не позволили москвичам сохранить всех, кого им хотелось (пришлось отпустить того же Сент-Роса), и в нынешнем виде скамейка армейцев не выглядит надежной и длинной, как было раньше. Плюс Шенгелия успел в первом же матче за новую команду травмировать колено, поэтому некоторое время не будет доступен для Итудиса. Никто не сомневается, что восьмикратный чемпион Евролиги все равно входит в список претендентов на титул, однако однозначным фаворитом турнира ЦСКА назвать все же сложно (Советский спорт).

5. Укажите, в каком ряду во всех словах пропущена буква А.

1) заг..рать, прик..саться, ср..внение, ог..рок 2) Р..стислав, откл..няться, уг..реть, пол..г

- 3) доск..кать, изл..жение, з..ря, тв..рить 4) выг..рки, попл..вок, р..стение, сл..гаемое
6. Расставьте знаки препинания в следующих предложениях:
1. Очевидно нам нужно переходить на более атакующие варианты игры чтобы потом легко подстраиваться к более скоростному и силовому футболу в турнирах УЕФА.
 2. Пока многие команды РПЛ застряли в нулевых им необходимо меняться ориентируясь на лучшие европейские образцы.
 3. При этом о сокращении премьер-лиги речь не идет.
 4. Наоборот я был бы рад если бы число участников увеличилось до 18.
7. Расставьте знаки препинания в предложениях:
1. В этом эпизоде как в капле воды отразились решающие козыри «Лейкерс» во-первых большое преимущество в физической мощи и во-вторых блестящая защита Дэвиса под кольцом.
 2. И ведь на другой половине площадки он тоже был главным действующим лицом без сомнения!
 3. 34 очка в первом же финальном матче карьеры такого НБА не видела более полувека.
 4. Между прочим «Майами» впервые в плей-офф оказался в роли догоняющего.
8. Для текстов научного стиля не характерно (-а)
- 1) логическая последовательность изложения;
 - 2) преимущественное употребление существительных вместо глаголов;
 - 3) широкое использование лексики и фразеологии других стилей;
 - 4) научная фразеология.
9. В официально-деловых текстах обычно употребляются слова:
- 1) амплитуда, локальный, следовать;
 - 2) климат, хроника, журнал;
 - 3) эскалация, форум, конгресс;
 - 4) доложить, ответчик, взыскание.
10. В отрывках из текстов, принадлежащих к разным стилям, употребить простые или сложные формы степеней сравнения, объясняя свой выбор.
1. Различия между мерой и степенью проявляются (более контрастно, контрастнее), если рассматривать признак в динамике и в статике (Монография).
 2. Встает нежный ландшафт Украины: от Полесья до самого Черного моря, от Карпат почти до самого Дона... (самый благодатный, благодатнейший) край! (Из газет).
 3. Твардовский был (самый образованный, образованнейший) человеком и читателем (Критическая статья).

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Понятие о современном русском языке.
2. Происхождение русского языка.
3. Заимствования в русском языке.
4. Понятие о литературном языке. Норма.
5. Толковые и другие лингвистические словари.
6. Происхождение русской письменности.
7. Разновидности нормы.
8. Понятие об орфоэпии. Произносительная норма. Орфоэпические словари.
9. Русское словесное ударение; тенденции его развития.
10. Интонация, её компоненты.
11. Грамматическая норма. Связь слов в предложении.
12. Разряд числительных в русском языке. Количественные, порядковые, собирательные числительные, особенности их склонения.
13. Понятие о стилистике и стилистическом значении. Функциональные стили речи.
14. Научный стиль, научно-популярный подстиль научного стиля.
15. Официально-деловой стиль, подстили и жанры делового стиля.
16. Понятие о риторике. Композиция убеждающего монолога.
17. Аргументация в публичной речи. Виды аргументов.
18. Современное состояние русского литературного языка.
19. Слово и его лексическое значение.
20. Синонимы, антонимы, приведите примеры.
21. Омонимы, омографы, паронимы, омофоны, приведите примеры.
22. Понятие современной культуры речи, ее компоненты и их содержательная сторона.
23. Что такое языковая норма.
24. Речевой этикет, качества хорошей речи. Речевой этикет в спорте.
25. Письменные формы речевого этикета.
26. Современные словари-справочники по культуре речи.
27. Основные нормы современного русского литературного языка в области фонетики и слово- и формообразования, наиболее часто встречающиеся отклонения от нормы. Ошибки в речи спортсменов.
28. Виды словарей и работа с ними.
29. Стилистическая окраска слов.
30. Основные стилевые черты и характерные особенности научного стиля.

5.2. Темы письменных работ

Темы рефератов и презентаций по разделам:

Раздел 1. Культура речи как составляющая общей культуры спортсмена.

1. Паронимы и омонимы в речи спортсмена.
 2. Лексическая антонимия (оксюмороны).
 3. Синонимы в спорте.
 4. Лексика пассивного и активного словаря.
 5. Лексическая избыточность (плеоназм и тавтология).
- Раздел 2. Нормативный аспект культуры речи спортсмена.
1. Словари и речевая культура. Приемы обогащения речи.
 2. Фразеологизмы и крылатые слова в речи спортсменов.
 3. Профессиональный спортивный жаргон
 4. Использование терминов в речи спортсменов.
 5. Грамматические ошибки в речи спортсменов.
- Раздел 3. Функциональные стили речи. Особенности жанров спортивной публицистики.
1. Понятие стиля. Разновидности стилей современного русского языка.
 2. Особенности языка спортивной прессы.
 3. Особенности устной формы официально-делового стиля.
 4. Основные разновидности и жанры научного стиля.
 5. Культура делового общения в области спорта.
- Раздел 4. Коммуникативный и этический аспекты культуры речи спортсмена.
1. Коммуникативные качества речи, обеспечивающие оптимальное общение спортсменов.
 2. Речевой этикет как составляющая профессионального имиджа спортсмена.
 3. Афоризмы о спорте.
 4. Языковая личность спортсмена.
 5. Правила вербального этикета.

5.3. Фонд оценочных средств

Темы для самостоятельного изучения

1. Виды норм (лексические, орфоэпические, акцентологические, грамматические, текстовые, орфографические, пунктуационные, стилистические).
2. Лексические нормы и основные типы лексических ошибок.
3. Основные причины речевых ошибок.
4. Грамматические нормы русского языка.
5. Орфографические и пунктуационные нормы русского языка.
6. Функциональные стили русского языка.
7. Сферы и ситуации официального-делового общения.
8. Основные разновидности и жанры научного стиля.
9. Публицистический стиль. Особенности устной публичной речи.
10. Коммуникативный аспект культуры речи.
11. Речевая деятельность как процесс.
12. Речевое общение и его единицы.
13. Этический аспект культуры речи.
14. Особенности русского речевого этикета.
15. Происхождение русского национального языка.
16. Этапы формирования русского национального языка.
17. Специфические особенности просторечия.
18. Специфические особенности территориальных диалектов.
19. Специфические особенности жаргона.
20. Специфические особенности устной речи. Разговорная и кодифицированная речь.
21. Специфические черты письменной речи.
22. Грамматические нормы и речевая культура.
23. Понятие о канцеляризмах и словах-паразитах.
24. Лексические изобразительно-выразительные средства языка.
25. Экспрессивные и изобразительно-выразительные средства языка в художественной литературе. Тропы и фигуры речи.
26. Понятие стиля. Разновидности стилей современного русского языка.
27. Фразеологизмы и крылатые слова в речи.
28. Историзмы и архаизмы.
29. Социальные жаргоны: происхождение и роль в развитии языка.
30. Жаргонизмы в русской литературе.
31. Диалектизмы.
32. Использование терминов и профессионализмов в современном русском языке.
33. Паронимы и омонимы.
34. Лексическая антонимия (оксюмороны).
35. Синонимы в русском языке.
36. Лексика пассивного и активного словаря.
37. Иноязычная лексика и особенности ее употребления. Варваризмы. Экзотизмы.
38. Словари и речевая культура.
39. Приемы обогащения речи. Типы словарей русского языка.
40. Лексическая избыточность (плеоназм и тавтология).
41. Лексическая недостаточность.

42. Стилистическая окраска слов.
 43. Русская речь сегодня.
 44. Нормы ударения в современном русском языке.
 45. Синтаксические нормы современного русского языка.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Практическая работа, деловая игра, контрольная работа, вопросы для промежуточной аттестации.

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	Волошинова Т. Ю., Костомаров В. Г., Насонкина М. О., Пономарева З. Н., Попова Т. И., Максимов В. И., Ганапольская Е. В., Голубева А. В.	Русский язык и культура речи: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Волошинова Т. Ю., Костомаров В. Г., Насонкина М. О., Пономарева З. Н., Попова Т. И., Максимов В. И., Ганапольская Е. В., Голубева А. В.	Русский язык и культура речи: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2024

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Фахарова Г. Р., Нуруллина Г. М.	Русский язык и культура речи: учебно-методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2019

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Грамота.ру – справочно-информационный интернет-портал «Русский язык»: сайт. – Москва, 2000. - URL: http://www.gramota.ru
Э2	Культура письменной речи. Русский язык и литература: сайт. – СанктПетербург, 2001. - URL: http://www.grammar.ru
Э3	Текстология.ру: образовательный журнал: сайт. – Москва, 2011. - URL: https://www.textologia.ru

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	Аудитория Е601: Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.

7.2	
7.3	

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

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Студентам 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 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, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

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 занятия с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами занятия, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного 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.

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

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 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.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

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



Рабочая программа дисциплины **Иностранный язык**

Закреплена за кафедрой

Кафедра иностранных языков и языкознания

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

6 ЗЕТ

Часов по учебному плану

216

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

экзамены 3

аудиторные занятия

98

зачеты 2

самостоятельная работа

82

часов на контроль

36

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6		18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Практические	32	32	34	34	32	32	98	98
Итого ауд.	32	32	34	34	32	32	98	98
Контактная работа	32	32	34	34	32	32	98	98
Сам. работа	22	22	20	20	40	40	82	82
Часы на контроль					36	36	36	36
Итого	54	54	54	54	108	108	216	216

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Гарипова Алия Накиповна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 7

Зав. кафедрой Павицкая З.И.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель преподавания дисциплины состоит в содействии формированию следующей общекультурной компетенции в изучении иностранного языка:
1.2	- способность выбирать стиль делового общения на государственном языке РФ и иностранном языке в зависимости от цели и условий партнерства;
1.3	адаптирует речь, стиль общения и язык жестов к ситуациям взаимодействия.
1.4	- способность представлять свою точку зрения при деловом общении и в публичных выступлениях.

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:
2.2.1	Содержание и организация физического воспитания в общеобразовательной школе средствами легкой атлетики
2.2.2	Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
УК-4: Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	
УК-4.1:Выбирает стиль делового общения на государственном языке РФ и иностранном языке в зависимости от цели и условий партнерства; адаптирует речь, стиль общения и язык жестов к ситуациям взаимодействия	

Знать:

- систему государственного языка Российской Федерации и иностранного(ых) языка(ов) и основы деловой коммуникации
- варианты анализа, обобщения и трансляции передового опыта деятельности в сфере физической культуры и спорта на иностранном языке;
- способы логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;

Уметь:

- логически и аргументировано строить устную и письменную речь на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);
- использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;
- анализировать, обобщать и транслировать передовой педагогический опыт физкультурно-оздоровительной и подготовительно-соревновательной деятельности на иностранном языке;

Владеть:

- различными формами, видами устной и письменной коммуникации на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах);
- использовать иностранный язык как способность к коммуникациям в устной и письменной формах для решения задач академической и профессиональной деятельности;
- анализа, обобщения и трансляции передового педагогического опыта физкультурно-оздоровительной и подготовительно-соревновательной деятельности на иностранном языке.

УК-4.2:Представляет свою точку зрения при деловом общении и в публичных выступлениях

Знать:

- пути сбора информации из различных источников, в том числе из интервью, анализа специальной литературы, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;
- методы пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами подготовки презентаций на иностранном языке.

Уметь:

- логически верно, аргументированно и ясно строить устную и письменную речь для эффективного участия в академических и профессиональных дискуссиях на иностранном языке;
- собирать информацию из различных источников, в том числе из интервью, статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;
- пользоваться информационно-коммуникационными технологиями и средствами подготовки презентаций на иностранном языке.

Владеть:

- логически верного, аргументированного и ясного построения устной и письменной речи на иностранном языке;
- поиска и отбора информации из различных источников (в том числе из интервью), анализа специальной литературы статистических сборников, иных отчетных данных на иностранном языке;
- использования информационно-коммуникационных технологий и средств для подготовки презентаций на иностранном языке.

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	Я - спортсмен. Мои первые шаги в спорте. Мой наставник. Мои спортивные достижения. Роль ФКиС в моей жизни. Моя профессия –профессиональный спортсмен: личностное развитие и перспективы карьерного роста. Грамматический минимум по разделу: времена группы Simple /Тема/	1	0				
1.2	Я - спортсмен. Мои первые шаги в спорте. Мой наставник. Мои спортивные достижения. Роль ФКиС в моей жизни. Моя профессия – профессиональный спортсмен: личностное развитие и перспективы карьерного роста. Грамматический минимум по разделу: времена группы Simple /Пр/	1	8	УК-4.1-З1 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-З1 УК-4.2-У1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.3	Я - спортсмен. Мои первые шаги в спорте. Мой наставник. Мои спортивные достижения. Роль ФКиС в моей жизни. Моя профессия – профессиональный спортсмен: личностное развитие и перспективы карьерного роста. Грамматический минимум по разделу: времена группы Simple /Ср/	1	6	УК-4.2-В1 УК-4.2-У1 УК-4.1-В1 УК-4.1-У1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.4	Наш ВУЗ Мой университет (история, структура, учебные и спортивные сооружения, спортивная деятельность). Известные выпускники моего вуза. Жизнь студента – спортсмена. Академическая мобильность. Зарубежные программы студенческого обмена для спортсменов. Грамматический минимум по разделу: времена группы Continuous /Тема/	1	0				
1.5	Наш ВУЗ Мой университет (история, структура, учебные и спортивные сооружения, спортивная деятельность). Известные выпускники моего вуза. Жизнь студента – спортсмена. Академическая мобильность. Зарубежные программы студенческого обмена для спортсменов. Грамматический минимум по разделу: времена группы Continuous /Пр/	1	8	УК-4.1-З1 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-З1 УК-4.2-У1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		

1.6	Наш ВУЗ Мой университет (история, структура, учебные и спортивные сооружения, спортивная деятельность). Известные выпускники моего вуза. Жизнь студента – спортсмена. Академическая мобильность. Зарубежные программы студенческого обмена для спортсменов. Грамматический минимум по разделу: времена группы Continuous /Cp/	1	6	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.2-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.7	Избранный вид спорта Классификации видов спорта. Зимние и летние виды спорта. Циклические и ациклические виды физической нагрузки. Спортивная лексика. Грамматический минимум по разделу: времена группы Perfect /Тема/	1	0				
1.8	Классификации видов спорта. Зимние и летние виды спорта. Циклические и ациклические виды физической нагрузки. Спортивная лексика. Грамматический минимум по разделу: времена группы Perfect /Пр/	1	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.9	Избранный вид спорта Классификации видов спорта. Зимние и летние виды спорта. Циклические и ациклические виды физической нагрузки. Спортивная лексика. Грамматический минимум по разделу: времена группы Perfect /Cp/	1	6	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.10	Моя тренировка (место, время проведения; основные этапы тренировочного занятия). Тренировочный инвентарь. Современные тенденции в методике спортивной тренировки. Активная лексика тренера (команды, рекомендации). Грамматический минимум по разделу: Modal Verbs /Тема/	1	0				
1.11	Моя тренировка (место, время проведения; основные этапы тренировочного занятия). Тренировочный инвентарь. Современные тенденции в методике спортивной тренировки. Активная лексика тренера (команды, рекомендации). Грамматический минимум по разделу: Modal Verbs /Пр/	1	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
1.12	Моя тренировка (место, время проведения; основные этапы тренировочного занятия). Тренировочный инвентарь. Современные тенденции в методике спортивной тренировки. Активная лексика тренера (команды, рекомендации). Грамматический минимум по разделу: Modal Verbs /Cp/	1	4	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
	Раздел 2. Раздел 2						

2.1	Спортивное питание. Основы здорового образа жизни. Питание спортсмена и его особенности. Вредные привычки и их последствия для спортсменов. Здоровье сберегающие технологии. Рацион атлета. Мой рацион питания. Грамматический минимум по разделу: Comparative Degrees of Adjectives and Adverbs /Тема/	2	0				
2.2	Основы здорового образа жизни. Питание спортсмена и его особенности. Вредные привычки и их последствия для спортсменов. Здоровье сберегающие технологии. Рацион атлета. Мой рацион питания. Грамматический минимум по разделу: Comparative Degrees of Adjectives and Adverbs /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.3	Основы здорового образа жизни. Питание спортсмена и его особенности. Вредные привычки и их последствия для спортсменов. Здоровье сберегающие технологии. Рацион атлета. Мой рацион питания. Грамматический минимум по разделу: Comparative Degrees of Adjectives and Adverbs /Ср/	2	4	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.4	Россия – спортивная держава. Спортивное движение в России. Выдающиеся спортсмены. Традиционные виды спорта россиян. Казань – спортивная столица России. Современные спортивные сооружения и инфраструктура. Основные направления развития ФКиС в стране. Задачи спортивных федераций по подготовке высококлассных спортсменов. Грамматический минимум по разделу: Sequence of Tenses /Тема/	2	0				
2.5	Россия – спортивная держава. Спортивное движение в России. Выдающиеся спортсмены. Традиционные виды спорта россиян. Казань – спортивная столица России. Современные спортивные сооружения и инфраструктура. Основные направления развития ФКиС в стране. Задачи спортивных федераций по подготовке высококлассных спортсменов. Грамматический минимум по разделу: Sequence of Tenses /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		

2.6	Россия – спортивная держава. Спортивное движение в России. Выдающиеся спортсмены. Традиционные виды спорта россиян. Казань – спортивная столица России. Современные спортивные сооружения и инфраструктура. Основные направления развития ФКиС в стране. Задачи спортивных федераций по подготовке высококлассных спортсменов. Грамматический минимум по разделу: Sequence of Tenses /Ср/	2	4	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.7	Система физической культуры и спорта за рубежом. Спортивное разнообразие. Спортивные сооружения и инфраструктура. Выдающиеся зарубежные спортсмены. Система подготовки спортсменов за рубежом. Роль государства в укреплении здоровья нации (зарубежный опыт). Грамматический минимум по разделу: Directand Indirect Speech /Тема/	2	0				
2.8	Спортивное разнообразие. Спортивные сооружения и инфраструктура. Выдающиеся зарубежные спортсмены. Система подготовки спортсменов за рубежом. Роль государства в укреплении здоровья нации (зарубежный опыт). Грамматический минимум по разделу: Directand Indirect Speech /Пр/	2	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.9	Спортивное разнообразие. Спортивные сооружения и инфраструктура. Выдающиеся зарубежные спортсмены. Система подготовки спортсменов за рубежом. Роль государства в укреплении здоровья нации (зарубежный опыт). Грамматический минимум по разделу: Directand Indirect Speech /Ср/	2	6	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
2.10	Студенческий спорт. История студенческого спорта. Развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях. Роль ФКиС в воспитании молодого поколения. Грамматический минимум по разделу: Non-finite verb forms /Тема/	2	0				
2.11	История студенческого спорта. Развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях. Роль ФКиС в воспитании молодого поколения. Грамматический минимум по разделу: Non-finite verb forms /Пр/	2	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		

2.12	История студенческого спорта. Развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях. Роль ФКиС в воспитании молодого поколения. Грамматический минимум по разделу: Non-finite verb forms /Cp/	2	6	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
	Раздел 3. Раздел 3.						
3.1	Универсиады. История всемирных университетских игр. Зимние и летние универсиады. Принципы судейства соревнований, вычеты за ошибки. Медицинское сопровождение студенческих команд (травмы, реабилитация) Грамматический минимум по разделу: ParticipleI, II /Тема/	3	0				
3.2	Универсиады. История всемирных университетских игр. Зимние и летние универсиады. Принципы судейства соревнований, вычеты за ошибки. Медицинское сопровождение студенческих команд (травмы, реабилитация) Грамматический минимум по разделу: ParticipleI, II /Пр/	3	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.3	Универсиады. История всемирных университетских игр. Зимние и летние универсиады. Принципы судейства соревнований, вычеты за ошибки. Медицинское сопровождение студенческих команд (травмы, реабилитация) Грамматический минимум по разделу: ParticipleI, II /Cp/	3	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.4	Спортивные соревнования. Виды и уровень спортивных состязаний, периодичность их проведения. Физическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Критерии отбора спортсмена на соревнования. Психологические аспекты подготовки к соревнованиям. Участие советских и российских спортсменов в международных соревнованиях. Проблема допинга в спорте. Воздействие запрещенных препаратов на организм спортсмена. Всемирный антидопинговый кодекс. Грамматический минимум по разделу: The Passive Voice /Тема/	3	0				

3.5	Спортивные соревнования. Виды и уровень спортивных состязаний, периодичность их проведения. Физическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Критерии отбора спортсмена на соревнования. Психологические аспекты подготовки к соревнованиям. Участие советских и российских спортсменов в международных соревнованиях. Проблема допинга в спорте. Воздействие запрещенных препаратов на организм спортсмена. Всемирный антидопинговый кодекс. Грамматический минимум по разделу: The Passive Voice /Пр/	3	8	УК-4.1-З1 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-З1 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.6	Спортивные соревнования. Виды и уровень спортивных состязаний, периодичность их проведения. Физическая подготовка спортсмена к соревнованиям. Критерии отбора спортсмена на соревнования. Психологические аспекты подготовки к соревнованиям. Участие советских и российских спортсменов в международных соревнованиях. Проблема допинга в спорте. Воздействие запрещенных препаратов на организм спортсмена. Всемирный антидопинговый кодекс. Грамматический минимум по разделу: The Passive Voice /Ср/	3	10	УК-4.1-З1 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-З1 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.7	Олимпийские игры. Древние Олимпийские игры. Зимние и летние Олимпийские игры. Символика, девиз и ритуал проведения. Критерии включения вида спорта в Олимпийскую программу. Выдающиеся олимпийские чемпионы. Деятельность МОК и МПК. Грамматический минимум по разделу: Gerund /Тема/	3	0				
3.8	Древние Олимпийские игры. Зимние и летние Олимпийские игры. Символика, девиз и ритуал проведения. Критерии включения вида спорта в Олимпийскую программу. Выдающиеся олимпийские чемпионы. Деятельность МОК и МПК. Грамматический минимум по разделу: Gerund /Пр/	3	8	УК-4.1-З1 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-З1 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		

3.9	Древние Олимпийские игры. Зимние и летние Олимпийские игры. Символика, девиз и ритуал проведения. Критерии включения вида спорта в Олимпийскую программу. Выдающиеся олимпийские чемпионы. Деятельность МОК и МПК. Грамматический минимум по разделу: Gerund /Ср/	3	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.10	Паралимпийские игры. История паралимпийского движения. Паралимпийские виды спорта. Сурдлимпийские игры. Федерация адаптивного спорта. Выдающиеся паралимпийские чемпионы. Роль спортивных волонтеров в проведении спортивных мероприятий. Роль спортивного маркетинга в олимпийском движении. Грамматический минимум по разделу: Complex Object /Тема/	3	0				
3.11	История паралимпийского движения. Паралимпийские виды спорта. Сурдлимпийские игры. Федерация адаптивного спорта. Выдающиеся паралимпийские чемпионы. Роль спортивных волонтеров в проведении спортивных мероприятий. Роль спортивного маркетинга в олимпийском движении. Грамматический минимум по разделу: Complex Object /Пр/	3	8	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
3.12	История паралимпийского движения. Паралимпийские виды спорта. Сурдлимпийские игры. Федерация адаптивного спорта. Выдающиеся паралимпийские чемпионы. Роль спортивных волонтеров в проведении спортивных мероприятий. Роль спортивного маркетинга в олимпийском движении. Грамматический минимум по разделу: Complex Object /Ср/	3	10	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1Л2.1 Э1 Э2 Э3		
	Раздел 4. Экзамен						
4.1	Экзамен /Тема/	3	0				
4.2	экзамен /Экзамен/	3	36	УК-4.1-31 УК-4.1-У1 УК-4.1-В1 УК-4.2-31 УК-4.2-У1 УК-4.2-В1	Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

I. Практические задания

Я – спортсмен Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

SPORTS UNIVERSITY

The Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism is one of the major centres of training highly qualified specialists in sports and physical education. This higher educational institution is situated in Kazan, the capital of the Republic of Tatarstan. As for the glorious history of the Volga Region State University of Physical Culture, Sports and Tourism, it was established by the Ministry of Sports of the Russian Federation in July, 2010 on the basis of the Kama State Academy of Physical Culture, Sports and Tourism as part of the Heritage Concept of the XXVII World Summer Student Games. The history of the university began 1974, when a branch of the Volgograd State Academy of Physical Culture was founded in Kazan and then in 1986 it moved to Naberezhnye Chelny. At present, the University includes the Institute of Sports, the Institute of Physical Culture, the International Institute of Hotel Management and Tourism and the Institute of Part-time Education, the Institute of Additional Education and 18 departments.

1. Answer the questions.

1. How many institutes and departments are there at the University?
2. How many lecturers and students are there at the University? What degree courses does the University provide?
3. When was the Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism founded?
4. What students win scholarships?
5. How is the university management system organized?
6. What subjects are there in the University curriculum?
7. Where is the Volga State University of Physical Culture, Sports and Tourism situated?

2. Find pairs of equivalents. Translate them into Russian.

1. term	A. grade
2. to enter the university	B. freshman
3. graduate level	C. rector
4. university teacher	D. canteen
5. student of the first year	E. semester
6. head of university	F. researcher
7. academic staff	G. to be admitted to the university
8. scientist	H. equipment
9. score	I. vice-rector
10. undergraduate level	J. teaching staff
11. trainer	K. Bachelor's Degree
12. refectory	L. educator
13. facility	M. football pitch
14. football field	N. coach
15. pro-rector	O. master degree

Ex. 3. Use the required Simple Tense Forms in the following story.

A sportsman (get) a serious injury during a training session two days ago. An operation and long treatment (help) him. "I never (walk) again", he (think). Once his parents (read) a report in a magazine on a similar case. A week later after the operation the doctor (say): "You never (dance), but you (do) things at home and even (drive) a car".....

4. Turn the sentences into interrogative ones.

1. His working day at university begins at 8.30 a.m.
2. I had lunch at 11 o'clock.
3. They will arrange the meeting next Monday.
4. His trainings began earlier yesterday.
5. I get up, switch on the radio and do morning exercises.
6. They will be there until the Olympic Games.
7. She spoke with parents last night.
8. I will take a bus to the university tomorrow.

Россия – спортивная держава. Система физической культуры и спорта за рубежом.

Sport policy in Tatarstan

The Republic of Tatarstan is one of the leading sports regions in Russia. Provision of facilities for sports activities, construction of sports venues in Tatarstan has laid the basis for formation of healthy lifestyle among various strata of the population. It is worth mentioning that sports in the republic are supported by the government. Ministry of Sports of the Republic of Tatarstan regulates and coordinates sport activity in Tatarstan. There are 9,175 sports venues in the republic. Almost all regions have modern sports complexes offering various kinds of sport. The total number of ice palaces is 35, and it is the best result in the country. Involvement of citizens in sport and physical culture, provision of available and developed sports infrastructure, promotion of healthy lifestyle remain a priority activity aimed at the development of physical culture and sport in Tatarstan.

1. Answer the questions.

1. What contributes to the promotion of healthy lifestyle among various strata of the population?
2. What remains a priority activity in the development of physical culture and sport in Tatarstan?
3. What is the role of local authorities in healthy lifestyle promotion and disease prevention?
4. What does mass sport mean? Who takes part in mass sport events?
5. How is the youth sport infrastructure being developed in the Republic of Tatarstan?

6. How does the urban infrastructure of the Kazan city benefit from the realization of international sport projects?
 7. Why do you think the 27th World Summer Universiade 2013 is considered to be the most large-scale event in Tatarstan?

2. Read and translate the words with the same root. Make your own sentences with them. 1) to lead, leader, leading; 2) to provide, provider, provision; 3) to construct, construction, constructive; 4) to vary, variety, various; 5) to involve, involvement, involved in; 6) to promote, promotion; 7) to develop, development, developed, developing; 8) to contribute, contribution.

3. Translate the following competitions and events from English into Russian and give a brief description of them.

1) Russian Athletics Junior Championship; 2) Russian football competitions among higher educational institutions of Volga federal district; 3) Final of Russian Badminton Championship; 4) XIX Grand Prix FINA Platform Diving Championship; 5) Russian Weightlifting Championship; 6) All-Russia Fencing Tournament; 7) Final of Russian Volleyball Cup among youth teams; 8) Russian Synchronous Swimming Championship; 9) Final of Russian swimming cup.

4. Explain the use of the verb forms in the following conditional sentences.

1. If I remind you in a month of things you are saying before the competition, you'll laugh. 2. What would have happened if you hadn't practised your tennis serve yesterday? 3. If I were your coach, I would insist on participating in this competition. 4. The spectators will be miserable if their favourite team fail. 5. If he knew the doping test results, he would have told me. I'm sure he knows nothing. 6. The grass cover was so wet that a soccer player would have fallen over if his partner had not helped him. 7. I believe this issue is very important. If I didn't, I wouldn't be here.

II. Ситуационные задачи.

I. Я – спортсмен Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

Темы для обсуждения:

1. Роль ФКиС в моей жизни.
2. Моя профессия – профессиональный спортсмен: личностное развитие и перспективы карьерного роста.
3. Моя профессия – профессиональный спортсмен: личностное развитие и перспективы карьерного роста.
4. Современные тенденции в методике спортивной тренировки.
5. Спортивная медицина.

Ситуационная задача

Write a recommendation for athletes "My first aid". What should a coach do in case of an incident during the training process?

II. Россия – спортивная держава. Система физической культуры и спорта за рубежом.

Темы для обсуждения:

1. Задачи спортивных федераций по подготовке высококлассных спортсменов.
2. Система подготовки спортсменов за рубежом.
3. Роль государства в укреплении здоровья нации (зарубежный опыт).
4. Медицинское сопровождение студенческих команд (травмы, реабилитация);
5. Олимпийские и Паралимпийские игры.

Ситуационная задача

Carry out the project "FISU World University Games Host Cities" according to the plan and present it in front of the class (12–15 slides). Use the gerund and the following scheme to help you. Let me introduce my Project...

- LOCATION AND THE YEAR
- UNIVERSIADE LOGO
- MOTTO
- MASCOT
- ANTHEM
- BRAND SIGN
- FLAG

III. Зачет

Содержание зачета

1. Лексико-грамматический тест.
2. Чтение и устный перевод текста (800-1000 п.зн.), осуществление контроля общего содержания в форме составления 5 вопросов к тексту (время на подготовку - 20 мин.).

ЛЕКСИКО-ГРАММАТИЧЕСКИЙ ТЕСТ

Общий уровень

Choose the correct variant.

1. I want those books. Please give ... to me.
a. they b. them c. those d. these
2. Mrs. Green ... got a nice house.
a. have b. has c. to have d. has to
3. I heard a knock on the door but when I opened it, there was ... outside.
a. somebody b. nobody c. anyone d. anything
4. Could you close ... window, please.
a. a b. the c. - d. an

5. In the South ... very hot in summer.

- a. it is b. there is c. is d. is it

6. I ... stay home on my weekend.

- a. recently b. yesterday c. next month d. always

7. Your flat is bigger than

- a. ours b. our c. w d. us

Make the word order correct.

8. a nap/ I/ sometimes / at work / have.

9. make / long phone calls / never / I.

10. my bed/ I/ make/ always.

11. I / go/ often / to the gym.

Write the days of the week.

12. The first day of the week.

13. The day after Tuesday.

14. The day before Sunday.

15. Write the plural form of the nouns.

Window, club, knife, brush, driver, potato, tooth, play, copy.

Open the brackets using the right form of the verb. Translate the sentences into Russian.

16. The Earth (go) round the Sun.

17. There (be) a lot of beautiful flowers in the vase.

18. There (be) a little cat under the chair.

Choose the right pronoun.

19. I invited my friend to ____ place.

- a) me b) his c) my d) mine

20. They're new students and I don't know ____ names.

- a) theirs b) them c) their d) they

21. Is this ____ book ?

- a) you b) yours c) your d) yourself

Choose the right form of the verbs 'to be' and 'to have'.

22. He ____ born in 1980.

- a) is b) were c) was d) are

23. We ____ students now.

- a) were b) are c) was d) is

24. He ____ many friends.

- a) has b) have c) will have d) had

Put one of these words or expressions in each sentence:

25) Sorry! 26) prefer 27) get acquainted with 28) pen-friends 29) a foreign language 30) join 31) Come on! 32) introduce 33) As for me 34) Excuse me!

a) I ... tea to coffee.

b) ... I don't like people who lie.

c) Does she have any ...?

d) We'll be glad if you ... us.

e) ... It is getting late.

f) Let me ... you to my parents.

g) ... Can you help me?

h) Her dream is to learn

i) Last summer he couldn't ... the girl whom he is in love with.

j) ... You're right. I've made a mistake.

Продвинутый уровень

1. Выберите и вставьте в предложение правильную форму глагола.

1. I usually... my Granny on Saturday.

- a) visits b) visited c) visit d) will visit

2. There ... 30 pupils in our class last year.

- a) were b) was c) are d) is

3. I can... English very well.

- a) spoke b) speaks c) speak d) will speak

4. ...they go to the Zoo with us next week?

- a) shall b) will c) do d) did

5. I... to my friend's place yesterday.

- a) goed b) went c) goes d) will go

6. He will not... his holidays in America.

- a) spent b) spend c) spends d) spend

7. My pencil...on the table yesterday. My mother... it in the box.

- a) was not, put b) are not, put c) were not, put d) was not, puts

8. Do you like... to school? Yes, I...

- a) to go, did b) go, do c) to go, do d) to go, don't

9. We learn how to use computers at ...lessons.

- a) I. T b) Literature c) Drama d) Maths

10. She wanted to... us about her brother.
a) say b) tell c) speak d) show
2. Выбери вариант, соответствующий русскому переводу.
1. Мамин зонтик:
a) mothers umbrella b) mother's umbrella c) mothers' umbrella
2. Книги родителей:
a) parent's books b) parents books c) parents' books
3. Яблоко сестры:
a) sister's apple b) sisters' apple c) sisters apple
4. Конура собак:
a) dogs house b) dogs' house c) dog's house
5. Фотоаппарат сына:
a) sons' camera b) sons camera c) son's camera
6. Кассеты братьев:
a) brothers' cassettes b) brother's cassettes c) brothers cassettes
3. Поставь глагол в нужную форму. Раскрой скобки.
1. Last week I (visit) my grandparents
2. We (not to be) at school yesterday.
3. My sister often (read) books in the evening.
4. They (not to do) exercises every morning.
5. I (spend) my summer holidays in the country.
4. Выбери и вставь в предложение правильную форму глагола.
1. Where...your parents last week?
a) are b) did c) were d) was
2. Nick...to school every day.
a) goes b) went c) go d) will go
3. Jane ...not...bread and milk tomorrow.
a) did...buy b) will...buy c) does...buy d) do...buy
4. I usually...my mother and father in the evening.
a) helped b) helps c) help d) will help
5. My friend...at school last week.
a) weren't b) didn't be c) isn't d) wasn't
6. When...your father...the day after tomorrow?
a) will...get up b) did...get up c) does...get up d) do...get up
7. My balls... in the box yesterday. My brother...them.
a) aren't, taked b) weren't, took c) wasn't, took d) isn't, taked
8. Who...up in your family? I...
a) wash, will b) will wash, does c) washes, did d) washes, do
9. They...to the Zoo next week.
a) goes b) will go c) go d) went
10. There... a bookshelf with books in my room.
a) are b) is c) were d) will be

Тексты для чтения и устного перевода

1. The role of sport in life

I go in for sports, I am fond of such activities that allow me to keep fit at home. I start with running then I take exercise programmes. Some of my friends go in for sports and sports activities such as swimming, skiing, playing badminton, ice hockey, football or basketball. Unfortunately, public sports facilities are not always available to my friends, and they are engaged into outdoor activities. Most of them prefer running. They put on the white 'trainer' shoes and tracksuits and run through the parks or along the streets for half an hour a day.

Ответьте на вопросы:

1. What can he start training with?
2. What do we wear while running?
3. Where do people run in our country?
2. What sports are British fond of?

Sports play an important part in the life of the English people. All sports are very popular among them. The national British sports are: football, golf, cricket, table tennis, lawn tennis, snooker, steeplechase, racing, darts. The British are fond of football which is of two kinds there: association football (soccer) and rugby. Englishmen like all kinds of racing. Horse-racing, motor-car racing, boat-racing, dog-racing, donkey-racing are very popular in England.

a) Перечислите те виды спорта, упомянутые в тексте, которыми увлекаетесь вы или ваши друзья.

b) Дайте описание лошадиных бегов.

3. Sport and a healthy mode of life

Sport is very important in our life. It is popular among young and old people.

Many people do morning exercises, jog in the morning, train themselves in clubs, in different sections and take part in sport competitions. Other people like sports too, but they only watch sports games, listen to sports news.

Physical training is an important subject at school. A lot of different competitions are held at schools, a great number of pupils take part in them. All participants try to get good results and become winners. Sport helps people to keep in good health. If you go in for

sports, you have good health and don't catch cold.

There are summer and winter sports. My favourite sport is swimming. I go to the swimming-pool twice a week. But I prefer to rest by the lake or the river and swim there.

Ответьте на вопросы:

1. Is sport important in our life?
2. Do all people go in for sport?
3. Where can competitions be held?
4. What's your favourite kind of sport? Why?
4. A healthy mode of life

Sport is very important in our life. It is popular among young and old people. Many people do morning exercises, jog, train themselves in clubs, take part in sport competitions.

Physical training is an important subject at school. Pupils have got physical training lessons twice a week. Boys and girls play volley-ball and basket-ball at the lessons. There is a sports ground near our school and school-children go in for sports in the open air.

Sport helps people to keep in good health. If you go in for sports, you have good health and don't catch cold.

There are some popular kinds of sports in this country: football, volley-ball, hockey, gymnastics, skiing, skating. Athletics is one of the most popular kinds of sports. It includes such kinds of sports as running, jumping and others. Everybody may choose the sport he (or she) is interested in.

There are summer and winter sports.

Дайте объяснение следующим высказываниям из текста:

- Sport helps people to keep in good health.
- Sport is popular among young people.
- The English are great lovers of sports.

5. Sports in Great Britain

National sports in Great Britain... Englishmen love sports. They are called sports-lovers in spite of the fact that some of them neither play games nor even watch them. They only like to talk about sports. Some kinds of sports are professional in England. Popular and famous players earn a lot of money. Many traditional sporting events take place in England, for example, cricket. It is played from May till September. There are many cricket clubs in this country. English people like to play cricket. They think that summer without cricket isn't summer. Cricket is the English national sport in summer. If you want to play cricket, you must wear white boots, a white shirt, and white long trousers.

There are two teams. Each team has eleven players. Cricket is popular in boys' schools. Girls play cricket, too.

Ответьте на следующие вопросы:

1. What kind of traditional sporting events in England do you know?
2. Are there any cricket clubs in England?
3. Do Englishmen play cricket in winter or in summer?
6. Basketball

Basketball is a very popular game in America. The official basketball season is usually during the winter, but it is a game which can be played at any time of a year. Basketball is played on a court. The game is played with a large ball about 30 inches in circumference. A team is made up of five players.

In the United States, teams compete in basketball at many levels. There is a professional league called the National Basketball Association (NBA), primary and secondary schools and universities compete against each other, in many towns there are local leagues. Basketball is also a popular spectator sport. Many Americans watch basketball games in arenas and on television.

Ответьте на следующие вопросы:

1. When is the official basketball season in the USA?
2. Where is basketball played?
3. How many players is the team made up of?
4. How is a professional league called?

7. The games in ancient times

The origins of the Olympic Games are generally attributed to the gods and heroes of Ancient Greece. It is said that Heracles organized a race with his four brothers, and presented the winner with an olive wreath.

Historical facts date back to the ninth century BC. Two kings (of Elis and Sparta) joined forces to organize the games every four years at Olympia. They did it because they wanted to stop the war and the plague, and the oracle told them that games were so dear to the gods.

At first, the cities didn't want to participate, but an epidemic of the plague and the oracle soon made them see reason.

Ответьте на вопросы.

1. What did Heracles organize?
2. What did he present the winner with?
3. What did the two kings decide to do?
4. What did the oracle say?

8. The opening of the games

During the fifth and sixth centuries BC, the Games lasted for five days, (during the month of July). All the Greek city-states participated. The games became a symbol of their unity: a period of time during which all combatants laid down their arms, a time when athletes and their families, pilgrims, artists, and scholars could travel to Olympia and back to their homes in safety.

Ответьте на вопросы.

1. How long did the Olympic Games last?
2. Who participated in the Games?
3. What did the Games become?

9. The game of darts

developed from archery - произошедшая от стрельбы из лука

In the bar of every English pub there is a dart-board, and on most evenings people play darts. This is a traditional English game, developed from archery, which served military interests in the Middle Ages. The first record of something like the modern game appeared in a sixteenth-century description of a tournament where people threw missiles at a target by hand, athletes didn't use a bow.

The dart-board has numbered sections, and the score depends on the section in which the dart lands. The darts are small. A player has a set of three darts, everyone throws them in turn. To play you must have a good eye and steady hand.

Ответьте на вопросы.

1. What do people do in English pubs on most evenings?
2. What did the archery serve to?
3. What does the dart-board have?
4. What must a player have?

10. Rewarding

As a coach, you cannot understand why young gymnasts won't do exactly as you want or, as a judge, you get assaulted by the gymnasts wanting to know why they haven't scored eleven! But you have become so hardened to this demanding and rewarding sport of ours that you welcome any new challenge.

It is very hard for someone to explain to a young gymnast why he or she should continue. Gymnastics is like a disease. Once you catch it, it spreads and gets deeper.

Ответьте на вопросы.

1. Is it worth training hard?
2. How do you feel during the first competition?
3. What do you usually do when your friends are out at the disco?
4. What do you feel living on high standards?

11. Sports in childhood

The practice of several sports started in childhood: foot racing, jumping, discus-throwing, wrestling and the pancratium.

The athletes were completely naked, oil and sand were rubbed into their bodies in the gymnasium, which could be compared to a modern sports centre. It included a sports ground, surrounded by a conference and meeting room, changing rooms, washrooms, storehouses for oil and sand, a massage room, a punching bag, a terraced stadium, and a covered track.

Ответьте на вопросы.

1. When did people begin to practise sports?
2. What kinds of sports were practised at that time?
3. What was rubbed into athletes' bodies?
4. What did the gymnasium include?

12. The Olympic games

The Olympics have a very long history. They began in 776 BC, and were held for nearly 1,200 years at Olympia, Greece. The citizens of all the Greek states were invited to take part in the games. The prizes were wreaths made of branches of olive trees.

Ancient Olympic Games were a great athletic festival and included many different kinds of sports: running, boxing, discus throwing, wrestling, the pentathlon (five different sports) and others. In 394 AD, the games were stopped by the Roman Emperor Theodosius. Only in 1894, a Frenchman, Baron Pierre de Coubertin, persuaded people from 15 countries to start the Olympic Games again.

Ответьте на вопросы.

1. When did the Olympic Games begin?
2. Where did the Olympic Games originally take place?
3. What were the prizes?
4. What events did the Olympics include?
5. What athletes can take part in the Olympics?

13. Football

The history of football goes back almost as far as that of cricket.

Football in the Middle Ages in England was played by teams formed of whole villages, and there were no very clear rules. A hundred people in each team struggled to score goals with a ball made of the inflated bladder of a pig. You could attack the ball, or you could attack members of the opposite team instead. In some villages the annual football match was regarded as a perfect opportunity to settle grievances against neighbours. There were many injuries, and several times laws were passed to forbid the game.

Football became a more orderly game in the nineteenth century, and eventually a group of players met to form the Football Association, which sees that rules are universal, and also runs the World Cup Competition every four years.

Ответьте на вопросы.

1. Is football ancient?
2. Were there clear rules of football in the Middle ages?
3. Whom could they attack?
4. What organization sees that the rules are universal?

14. The Olympic games (2)

The International Olympic Committee was set up in 1894, and the first of modern Games took place in Athens in 1896. There were competitions in many kinds of sports: running, jumping, boxing. All the nations of the world were invited to send their athletic teams. From then the Olympic Games have been international and the number of events on the programme have increased. In these

games only amateurs, or non-professional athletes can take part. Each country sends teams for as many different events as possible. The International Olympic Committee decides where each Olympics will take place. They ask a city (not a country) to be the host. The Olympic Games are attended by thousands of people.

Ответьте на вопросы.

1. When did the modern Olympic Games begin?
2. What events did the Olympics include?
3. What athletes can take part in the Olympics?
4. Can people from all over the world see the Olympics?

15. A story about Mark Twain

One of Mark Twain's friends invited him to go to the opera. The friend's wife had been talking since they took their seats without a rest. She was talking so much and so loudly that it was difficult for Mark Twain to listen to the opera. He had been trying to concentrate all the time, but it was useless — he could hear nothing.

Towards the end of the opera she said to Mark Twain: "Oh, my dear, Mind, I invite you to the opera next Friday night again. I'm sure you'll like it - the opera will be Carmen."

"Thank you very much," said Mark Twain. "That will be fine. I have never heard you in Carmen."

Ответьте на вопросы.

1. Who invited Mark Twain to the opera?
2. What had the friend's wife been doing since the beginning of the opera?
3. Was it easy for Mark Twain to listen to the opera?
4. Where did the friend's wife invite Mark Twain?
5. What did Mark Twain answer her?

16. Great Britain

The United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland is situated on the British Isles. The British Isles consist of two large islands, Great Britain and Ireland, and about five thousand small islands. The United Kingdom is one of the world's smaller countries. The United Kingdom is made up of four countries: England, Wales, Scotland and Northern Ireland.

The climate of Great Britain is mild. It often rains in England. Snow falls only in the North and West of the country. The UK is a highly-developed industrial country. The UK is a constitutional monarchy with a parliament and the Queen.

The British are a sports-loving nation. Cricket, soccer, rugby, tennis, squash, table tennis, badminton, canoeing and snooker were all invented in Britain. The first rules for such sports as boxing, golf, hockey, yachting and horse-racing also originated from Britain.

Sports is a part of everyday life in Britain.

Ответьте на вопросы.

1. What islands is the United Kingdom situated on?
2. What is the climate of Great Britain?
3. What is Britain's political system?
4. What do you know about sports in Britain?

17. Our training

The students of our Academy take up different kinds of sports. They train in different places: gymnasts - in the gymnasium, basketball, tennis players - on the tennis courts, track-and-field athletes usually train on the stadiums in the open air.

Three times a week we have special training lessons. As a rule, each training lasts about 3 hours. Every training session begins with a warming-up period which lasts about 20 minutes. Next, the sportsmen do a few exercises which depend on their event. After the warming-up we rest for about 5 minutes before we start practising. The warm-up of the body is very important. We train according to the trainer's instructions. The coach pays great attention to mastering technique, tactics and the main elements of sports. Sometimes we train with a team or a partner. We perform different exercises and get ready for contests.

Ответьте на вопросы.

1. How often do they have their training?
2. Where do they train?
3. How long does the training last?
4. What do they begin their training with?

18. Career problems in sport

There are a lot of kinds of sports: your event may be traditional or modern, competitive or non-competitive, it can require special equipment and be very dangerous. Practising sports you have to do training sessions, take part in competitions, have injuries.

You should begin to practise sports as early as possible. It's very dangerous to begin when you are not strong and old enough to survive in these conditions. But it is impossible to begin to practise swimming at 50 and to do your best. Usually, we tried sports at the very young age. If we are lucky, we have an excellent coach.

And the last but not the least. You should be in love with your event. You should feel comfortable and at home when you do your sport.

Выразите согласие или несогласие с данными утверждениями.

1. You can begin to practise sports when you want to reach the top.
2. It's very useful for children to practise sports from the age of two or three.
3. The main purpose of practising sport is to become a champion at all costs.

19. Coaching

Coaching is educational activity associated with social and physical development of fitness and health. The coach operates first in the pedagogical and recreational field. The society needs healthy population, the first task of sporting is striving for health and activity.

Physical education and sports are a basis for health, physical perfection, increased working ability, as well as moral and aesthetic teaching. A general development of sports increases the creative mankind and influences economic and cultural development.

Ответьте на вопросы.

1. What is coaching?
2. Where does a coach operate first?
3. What is the first task of sport?
4. What does a general development of sports increase?

20. Basketball

The game of basketball was invented by the Americans more than 100 years ago. It was finally made an Olympic sport in 1936 at the Berlin Games. The American team enjoyed a 63-game winning the gold from 1936 up to the final match of the Munich Olympics. The USA celebrations were shortened as the referee put three seconds on the clock for the last time-out. The Russians conquered the world's most powerful basketball nation when Belov scored two points to finish the game 51-50. The Americans were won over on two further occasions by the Soviet and the Yugoslavian teams. The men's and women's champions always came from either the USA, the USSR, or Yugoslavia.

Ответьте на вопросы.

1. Where and when was basketball invented?
2. What teams are usually champions?

IV. Экзамен

Содержание экзамена

1. Устно-речевое сообщение в форме монологического высказывания по изученной тематике (10-12 фраз, время на подготовку – 10 мин.)

2. Письменный перевод предложений с русского языка на английский по изученному лексико-грамматическому материалу (5-6 предложений, время на подготовку – 10 мин.)

Устные темы

1. Successful sportsmen.
2. My kind of sport.
3. My family and sport.
4. Sports in Tatarstan.
5. Sports injuries. Types, treatments and prevention.
6. My training. Sports facilities.
7. Sports and health. Winter and summer kinds of sports.
8. Sports and fitness. How to keep fit.
9. Our students' sports.
10. My travelling.
11. Career in sport.
12. Olympic games.
13. My favourite athlete.
14. Sports and games. At a competition.
15. Sports in Russia.
16. Sports nutrition. The plan of my sport diet.
17. Volga region state university of physical culture, sports and tourism.
18. Olympic and Paralympic games.
19. Sports medicine.
20. Sports injuries.

2. Предложения для письменного перевода с русского языка на английский по изученному лексико-грамматическому материалу.

1. Спорт играет большую роль в нашей жизни. Много людей занимаются спортом в нашей стране. Они хотят быть здоровыми. Спорт - хорошее средство для борьбы со стрессом. По моему мнению, спорт важен для здорового проведения свободного времени, Спорт делает людей сильными и готовит много радости. Некоторые люди принимают участие в соревнованиях, другие предпочитают смотреть их по телевизору. Известно, что часовая прогулка полезнее постоянного участия в физических занятиях. Чтобы быть здоровым, люди присоединяются к занятиям по йоге и аэробике, делают гимнастические упражнения. Другие играют в футбол, бадминтон, волейбол, теннис.

2. Спорт очень важен в нашей жизни. Он популярен среди молодежи и пожилых людей. Многие люди делают утреннюю зарядку, бегают трусцой по утрам и тренируются в клубах и разных секциях, а также участвуют в спортивных соревнованиях. Другие люди любят спорт тоже, но они лишь смотрят спортивные игры, слушают спортивные новости. Они предпочитают читать интересные рассказы о спортсменах. Но они не занимаются спортом. Физические занятия — важный предмет в школе. Мальчики и девочки играют в волейбол и баскетбол на уроках. Около школы есть спортплощадка, и школьники занимаются спортом на открытом воздухе.

3. Много разных соревнований проводится в школах, значительное число учеников принимают в них участие. Все участники пытаются добиться хороших результатов и стать победителями. Спорт помогает людям сохранять здоровье. Если вы занимаетесь спортом — у вас хорошее здоровье, и вы не простуживаетесь. Дети и взрослые должны заботиться о своем здоровье и делать регулярно утреннюю зарядку. Есть много различных видов спорта в нашей стране: футбол, волейбол, хоккей, гимнастика, лыжный спорт, катание на коньках.

4. Спорт очень важен в нашей жизни. Считается, что человек, который занимается спортом, не может быть слабым и больным. Люди, которые ведут малоподвижный образ жизни, стареют раньше, чем те, которые находят время для спорта. И конечно, крепкое здоровье лучше, чем хорошее лекарство. Люди всего мира любят спорт и игры. В нашей стране, спорт тоже широко распространен. Наиболее популярные виды спорта – это футбол, волейбол, баскетбол, теннис, фигурное катание, аэробика, пинг-понг и плавание. Много людей любят бег трусцой. В школах и колледжах спорт – обязательный предмет. Многие подростки посещают спортивные секции. Некоторые из них мечтают стать профессиональными спортсменами.

5. Что касается меня, я не могу представить свою жизнь без спорта. Каждое утро летом я бегаю трусцой, и когда у меня есть время, я посещаю бассейн. Зимой я люблю кататься на коньках со своими друзьями. Это весело. Также я люблю заниматься аэробикой. Прежде всего, аэробика помогает мне быть в форме. Я выбрала аэробику еще и потому, что она похожа на танец. В заключении, хотела бы сказать, что я абсолютно уверена, что занятия спортом – это лучший способ поддержания себя в форме. Спорт делает наше тело сильным, препятствует ожирению, и делает нас более организованными и дисциплинированными.

6. Позвольте мне рассказать вам о моем отношении к спорту и спортсменам. Для начала должен сказать, что заниматься спортом — один из способов всегда быть в форме. Я считаю, что каждый обязан делать все возможное, чтобы быть здоровым. Физически пассивные люди стареют раньше тех, кто много занимается спортом. Если вы ежедневно делаете физзарядку, то вы чувствуете себя бодрым, у вас хорошая осанка, и это дает вам возможность чувствовать себя хорошо. Мудрые люди говорят, что хорошее здоровье — это большое благо. Каждый должен делать все возможное, чтобы остаться здоровым. Быть в добром здравии означает поддерживать как тело, так и дух в нормальном рабочем состоянии, без болезней и боли.

7. Существует справедливая латинская пословица: «В здоровом теле — здоровый дух». Если вы хотите быть здоровым, вы должны заниматься спортом. Спорт очень популярен в нашей семье. Вместе с папой дома мы ежедневно делаем утреннюю зарядку, и дважды в неделю у нас тренировки по баскетболу в спортивном клубе. Летом больше всего нам нравится плавать, так как плавание делает человека здоровым и сильным. К тому же, я хоккейный болельщик. Я стараюсь смотреть по телевизору все хоккейные матчи.

8. Спорт приобрёл большую популярность среди молодого поколения, так как с раннего возраста детей стараются приучать к спортивной жизни. Школы и вузы России предлагают молодёжи заниматься самыми разными видами спорта. Среди них в первую очередь следует назвать теннис, настольный теннис, волейбол, баскетбол, плавание, футбол, дзюдо, бокс и др. В России много секций по разным видам спорта, которые принимают детей и подростков. Члены секций принимают участие в многочисленных соревнованиях, борются за медали. Русские любят заниматься разными видами спорта. Летом — много плавают, катаются на роликовых лыжах и коньках, на велосипедах. На всех спортивных площадках желающие играют в футбол.

9. Юным спортсменам нравятся горные лыжи и сноубординг. Горнолыжные курорты по всей стране с каждым годом становятся всё популярнее, особенно у молодёжи. Сноубордистам недостаточно просто уметь скользить вниз по горе. Каждый уважающий себя сноубордист должен выполнять как минимум 5 разных трюков, иначе он будет считаться несовременным. Нет ничего более привлекательного в холодную зиму, чем катание на лыжах целый день, а затем приятная беседа с друзьями за кружкой горячего чая. Снаряжение для горных лыж и сноубординга стоит довольно дорого, но юные спортсмены пользуются снаряжением, взятым напрокат прямо на горнолыжных курортах.

10. Олимпийские игры начались в 776 г. до нашей эры в Греции и проводились каждые четыре года в течение приблизительно двенадцати столетий в Олимпии. Они включали в себя разные виды спорта: бег, бокс, борьбу и т. п. Все города Греции посылали своих лучших спортсменов в Олимпию для состязаний в играх. В период игр все войны прекращались. Таким образом, Олимпийские игры стали символом мира и дружбы. В 394 г. нашей эры игры были отменены и не возобновлялись в течение многих веков. В 1894 г. француз, барон Пьер де Кубертен, обратился ко всем руководящим спортивным органам и указал на важность спорта и его воспитательное значение. Два года спустя были проведены первые современные Олимпийские игры. Конечно, соревнования проводились в Греции, чтобы символизировать продолжение вековой традиции. В 1896 г. был создан Международный олимпийский комитет. Это главный орган, определяющий политику Олимпийского движения. В него входят представители всех стран, принимающих участие в Олимпийских играх. Летние и зимние игры проводятся отдельно.

11. Обычно, говоря о зимних видах спорта, мы имеем в виду все виды спорта, которые имеют отношение ко льду и снегу. Но некоторые виды спорта, такие как хоккей и фигурное катание, следует рассматривать как летние виды спорта. Ими занимаются во всем мире на искусственных ледяных катках. Интересно принимать участие в скоростных гонках, но намного более интересно наблюдать их. В хоккей на сорокаметровом катке играют две команды по шесть игроков в каждой. Это очень интересная, быстрая и динамичная игра. В нее играют шайбой и клюшками. Команда, которая забьет больше голов, побеждает. Еще один захватывающий зимний вид спорта — прыжки с трамплина на лыжах.

12. Первые соревнования на велосипедах были проведены в Париже в 1868 г. Но этот спорт стал популярен только через несколько десятков лет, т. к. велосипеды были дорогими; только состоятельные люди могли позволить себе купить велосипед. К концу XIX века заводы производили тысячи велосипедов, которые стали дешевыми. Так что многие люди могли кататься на них и принимать участие в разных соревнованиях. Соревнования по велоспорту обычно делятся на дорожные и трековые. Оба вида включены в олимпийскую программу. Олимпийские дорожные соревнования включают индивидуальные и командные гонки. Индивидуальные гоночные дистанции обычно доходят до 200 км. Победителем считается первый велосипедист, который пересекает финишную линию передним колесом. В командных соревнованиях команды стартуют с 2-4-минутным интервалом, и побеждает та команда, члены которой получают лучшую сумму времени.

13. Американцы играют в теннис, хоккей и во многие другие международные виды спорта, однако они не играют в футбол так, как весь остальной мир. Игроки могут бегать с мячом, дотрагиваться и толкать друг друга. Игроки американского футбола носят особую одежду со шлемами на головах, потому что игра может быть опасной. Как и международные футбольные команды» американские имеют по одиннадцать игроков. Поле выглядит по-другому, и даже мяч имеет другую форму. Американский футбол-очень своеобразная игра. Американцы любят зимние виды спорта, и хоккей на льду-наиболее популярная игра. Эта игра очень быстрая и может быть опасной.

14. Интерес американцев к спорту кажется чрезмерным многим иностранцам. Телекомпании тратят миллионы долларов на трансляцию спортивных событий. В США профессиональные спортсмены могут стать национальными героями. Тренеры работают в школах как члены преподавательского состава, и команды соревнуются между собой. Нигде в мире спорт не связан с университетами и колледжами так, как в США. Спортивные игры в колледже, особенно футбольные матчи, проводятся в атмосфере особой пышности. Игры между командами привлекают внимание общенациональной аудитории. Вид спорта, который очень популярен во многих странах мира, английский футбол (соккер), не очень известен в Штатах.

15. Самые популярные виды спорта — американский футбол и бейсбол, игры, которые не распространены во многих странах. Спорт играет такую большую роль в жизни американцев, что социология спорта, спортивная медицина и психология стали уважаемыми профессиями. Многие американцы каждый день бегают или играют в теннис или бридж два-три раза в неделю. Они отправляются в лыжные путешествия или охотничьи экспедиции, которые требуют нескольких недель подготовки. С точки зрения американцев, эти занятия стоят того дискомфорта, который они могут создавать, так как они дают здоровье и хорошую физическую форму. Может быть, поэтому американцы считаются «здоровой нацией».

16. Спорт в Соединённых Штатах Америки является неотъемлемой частью обучения в школе или университете. Наиболее популярные спортивные командные игры — американский футбол, регби, баскетбол и волейбол. В старшей школе формируются команды из лучших игроков. У каждой команды есть своя эмблема и группа поддержки, которая носит название «чирлидеры». Девушки из группы чирлидеров обычно носят одежду того же цвета, что и форма игроков их команды. Они разучивают множество разных танцев, прыжков, акробатических трюков и «кричалок».

17. Бейсбол — одна из самых популярных командных спортивных игр в Америке. Первый матч по бейсболу был проведён в 1839 г. в Нью-Йорке. Бейсбол — это игра с мячом и битой, в которой участвуют две команды. В каждой команде — 9 игроков. Цель игры — набрать наибольшее количество очков, отбивая брошенный мяч битой и касаясь четырёх баз, расположенных по углам площадки размером 175 x 125 метров. В США дети в возрасте 8 лет могут войти в состав лиги, где будут обучаться игре под руководством тренера. Все игроки и тренеры должны носить специальную форму — рубашку, бриджи, бейсбольные ботинки, которые создают дополнительное сцепление с землёй, и кепку-бейсболку, защищающую глаза от солнечных лучей.

18. Баскетбол — игра, придуманная в Америке в 1891 г. Это игра между двумя командами из пяти игроков, которые набирают очки путём забрасывания мяча в баскетбольное кольцо, следуя определённым правилам. Баскетбол — одна из наиболее любимых зрителями игр современности. В 1946 г. была сформирована Американская баскетбольная ассоциация (АБА). Спустя 3 года она объединилась с Национальной баскетбольной лигой и стала называться Национальной баскетбольной ассоциацией (НБА). НБА прославили многие знаменитые игроки, среди которых особо выделялись Ларри Бёрд, Ирвин Джонсон и Майкл Джордан.

19. Олимпийские идеи означают дружбу, братство и сотрудничество молодежи мира. Олимпийское движение доказывает, что мир может быть достигнут благодаря спорту. Самый известный символ Олимпийского движения — пять соединённых колец. Олимпийский флаг белый, а кольца — пяти цветов: голубого, желтого, черного, зеленого и красного. Любой национальный флаг содержит как минимум один из этих шести цветов. Первые игры прошли в древней Греции в 776 году до н. э. Эти игры были частью праздника, который проводился каждые четыре года в честь бога Зевса в городе Олимпия.

20. Во всем мире люди любят спорт и спортивные игры. Это одно из средств, которое объединяет людей любой национальности и класса. Самые популярные зимние виды спорта на открытом воздухе — стрельба, охота, хоккей и в странах, где зима морозная и много снега, — катание на коньках, лыжах, санный спорт. Так хорошо пойти на каток в морозный солнечный день! Некоторые люди предпочитают в такую погоду быть за городом: кататься на коньках, на лыжах в лесу. Многие люди получают удовольствие от фигурного катания и прыжков на лыжах. Лето предоставляет прекрасные возможности для плавания, катания на лодках, парусного, планерного и многих других видов спорта. Среди игр на открытом воздухе первое место в общественных увлечениях занимает футбол. В него играют во всех странах мира. Другие игры, которые почитаются в разных странах — это крикет, волейбол, баскетбол и т. д.

5.2. Темы письменных работ

Тематика презентаций:

1. Мои первые шаги в спорте.
2. Мой наставник.
3. Мои спортивные достижения.
4. Мой университет (история, структура, учебные и спортивные сооружения, спортивная деятельность).
5. Моя тренировка (место, время проведения; основные этапы тренировочного занятия).
6. Известные выпускники моего вуза.
7. Основы здорового образа жизни.
8. Мой рацион питания.
9. Казань – спортивная столица России.
10. Основные направления развития ФКиС в стране.
11. Выдающиеся зарубежные спортсмены.
12. История студенческого спорта.
13. Зимние и летние универсиады.
14. Древние Олимпийские игры.
15. Зимние и летние Олимпийские игры. Символика, девиз и ритуал проведения.
16. История паралимпийского движения.
17. Паралимпийские виды спорта.

5.3. Фонд оценочных средств

Самостоятельная работа:

1. Make up a dialogue on the topic “My University and Me” according to the plan.

- The name of the University;
 - The name of the Institute;
 - University facilities;
 - The kind of sport you do (professional or amateur sport);
 - The achievements you have.
2. Write an essay on the topic “My professional or amateur kind of sport” (in 15–20 sentences).
 3. Make up a presentation about your favourite athlete or coach (8–10 slides).
 4. Carry out the project “Protective Gear and Equipment of your sport” and present it in front of the class. Use the following scheme to help you.
 5. Imagine you are a sport doctor of a football team. Make up a special food diary before the games for the team members using the scheme of recommendations.
 6. Carry out the project “How would I develop sports policy in Tatarstan?”
 7. Carry out the project “How would I develop sports industry in Russia?”
 8. Carry out the project “FISU World University Games Host Cities”
 9. Carry out the project “The Olympic Games”
 10. Carry out the project “The Paralympic Games”.

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Практическая работа
2. Ситуационные задачи
3. Презентация
4. Контрольная работа
- 5 Зачет
6. Экзамен

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения 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	Каримова С. Г., Гарипова А. Н., Волчкова В. И.	Английский язык: практика изучения спортивного дискурса: учебное пособие для студентов направлений подготовки 49.03.04 спорт, 49.03.01 физическая культура	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2022
Л1.2	Гарипова А. Н., Каримова С. Г., Волчкова В. И.	Английский язык в профессиональной коммуникации: учебное пособие для студентов направлений подготовки 49.03.04 спорт, 49.03.01 физическая культура	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2022

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Закирова Л. Р., Гарипова А. Н., Волчкова В. И.	Английский язык: я и спорт: учебно-методическое пособие для студентов направления подготовки 49.03.01 физическая культура	Казань: Поволжская ГАФКСиТ, 2019

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	1. Лань: электронно-библиотечная система / издательство Лань. – Санкт-Петербург, 2011. – Текст: электронный. – URL: http://e.lanbook.com
Э2	2. Федеральный портал «Российское образование»: сайт. – Москва. – Текст: электронный.
Э3	4. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013.

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 Academic Edition - 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	Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, доступ к Интернету

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
Студентам 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 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, в случае затруднений обращаться к преподавателю. 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 занятия с последующим собеседованием с преподавателем (тема реферата обозначается преподавателем); самостоятельная работа студента над вопросами занятия, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем. Форма отработки студентом пропущенного 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. Презентация – представление студентом наработанной информации в виде набора слайдов, подготовленных в выбранной программе.	

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 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.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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.

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



Рабочая программа дисциплины **Основы экономики и менеджмента**

Закреплена за кафедрой	Кафедра экономики и управления в спорте		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	4 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	144	Виды контроля в семестрах: зачеты 6	
в том числе:			
аудиторные занятия	34		
самостоятельная работа	110		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
Неделя	13 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Практические	18	18	18	18
Итого ауд.	34	34	34	34
Контактная работа	34	34	34	34
Сам. работа	110	110	110	110
Итого	144	144	144	144

Автор (ы) программы:

к.э.н., Доц., Евстафьев Эдуард Николаевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 20.03.2025 г. № 6

Зав. кафедрой И.о. Мифтахов М.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель изучения дисциплины «Основы экономики и менеджмента» в вузе — сформировать у студентов базовую экономическую грамотность и управленческие компетенции, необходимые для принятия обоснованных решений в профессиональной деятельности и повседневной жизни.

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

УК-6: Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни

УК-6.1:Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов, при достижении поставленных целей

Знать:

Психологические аспекты самоорганизации: механизмы мотивации и прокрастинации; основы саморегуляции и стрессоустойчивости; когнитивные искажения, влияющие на планирование.

Уметь:

Планировать и распределять ресурсы:
составлять краткосрочные (день/неделя) и долгосрочные (год/3 года) планы;
балансировать учебную, рабочую и личную нагрузку;
резервировать время на непредвиденные задачи.

Владеть:

Целеполаганием
формулировать краткосрочные и долгосрочные цели по критериям SMART;
разбивать крупные цели на подцели и конкретные задачи;
определять критерии достижения цели и сроки исполнения.
Планированием
составлять детальные планы работ (дневные, недельные, проектные);
Расстановка приоритетов
отличать срочные задачи от важных;
Делегирование
выделять задачи для передачи коллегам/подчинённым;
чётко формулировать поручения и контрольные точки;
контролировать исполнение без микроменеджмента.
Контроль и коррекция
вести хронометраж затрат времени (с помощью журналов, приложений);
анализировать отклонения от плана и выявлять «пожирателей времени»;
корректировать графики и ресурсы в режиме реального времени.
Работа с отвлекающими факторами

УК-6.2:Определяет задачи саморазвития и профессионального роста, распределяет их на долго-, средне- и краткосрочные с обоснованием актуальности и определением необходимых ресурсов для их выполнения

Знать:

- Основы стратегического планирования и управления. Студенты изучают принципы разработки долгосрочных, среднесрочных и краткосрочных целей, а также методы их реализации. Это включает понимание жизненного цикла проектов, этапов их реализации и критериев оценки эффективности.
- Механизмы ресурсного обеспечения. Дисциплина охватывает вопросы формирования экономических ресурсов предприятия, включая материальные, финансовые и человеческие ресурсы. Студенты узнают, как оценивать и распределять ресурсы для достижения поставленных целей.
- Принципы непрерывного образования и саморазвития. Изучаются инструменты и методы непрерывного обучения, включая использование современных информационных технологий для профессионального и личностного роста.

Уметь:

- Формулировать и приоритизировать задачи. Студенты учатся определять ключевые задачи саморазвития и профессионального роста, разбивать их на этапы и устанавливать приоритеты с учётом текущих возможностей и ограничений.
- Анализировать и прогнозировать. Развивается способность оценивать актуальность задач, прогнозировать их влияние на профессиональную деятельность и личностное развитие, а также предвидеть возможные риски и препятствия.
- Использовать методы управления временем и ресурсами. Студенты осваивают техники планирования, распределения времени и ресурсов, включая инструменты для контроля выполнения задач и корректировки планов при необходимости.

Владеть:

- Разработка индивидуальных планов развития. Формируется навык создания персонализированных программ саморазвития, включающих конкретные шаги, сроки и ресурсы для их реализации.
- Оценка и коррекция деятельности. Студенты учатся анализировать результаты своей работы, выявлять слабые места и вносить коррективы в планы с учётом полученного опыта.
- Работа с информацией и инструментами обучения. Развиваются навыки поиска, анализа и использования информации для решения профессиональных задач, а также применения цифровых инструментов для самообразования.

УК-6.3:Использует основные возможности и инструменты непрерывного образования (образования в течение всей жизни) для реализации собственных потребностей с учетом личностных возможностей, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда

Знать:

- Принципы непрерывного образования и его роль в профессиональном развитии. Студенты изучают концепцию lifelong learning, её связь с адаптацией к изменениям в экономике, технологиях и требованиях рынка труда.
- Механизмы самообразования и профессионального роста. Дисциплина охватывает методы самостоятельного изучения материалов, использования цифровых инструментов и ресурсов для обучения, а также понимания важности постоянного обновления знаний.
- Тенденции развития экономики и менеджмента. Студенты знакомятся с современными направлениями в экономической науке и управленческих практиках, что помогает им ориентироваться в актуальных требованиях рынка труда.

Уметь:

- Анализировать собственные потребности в обучении. Развивается способность определять пробелы в знаниях и навыках, формулировать цели саморазвития с учётом личностных возможностей и профессиональных амбиций.
- Выбирать инструменты и форматы обучения. Студенты учатся использовать различные ресурсы: онлайн-курсы, вебинары, профессиональную литературу, а также применять методы тайм-менеджмента для интеграции обучения в повседневную деятельность.
- Оценивать эффективность обучения. Формируется умение анализировать результаты самообразования, корректировать планы на основе полученного опыта и обратной связи.

Владеть:

- Навыками самостоятельного изучения материалов. Студенты осваивают навыки работы с профессиональной литературой, анализом научных статей, использованием онлайн-платформ и баз знаний.
- Навыками применения знаний на практике. Развивается способность адаптировать теоретические знания к реальным рабочим задачам, внедрять новые методы и технологии в свою деятельность.
- Навыками мониторинга рынка труда и трендов. Формируется навык отслеживания изменений в отрасли, понимания требований работодателей и прогнозирования направлений профессионального развития.

УК-10: Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности

УК-10.1:Понимает базовые принципы функционирования экономики, цели и формы участия государства в экономике

Знать:

- основы микро- и макроэкономики: законы спроса и предложения, механизмы рыночного равновесия, принципы ценообразования, макроэкономические показатели (ВВП, инфляция, безработица);
- типы экономических систем (рыночная, командная, смешанная) и их отличительные черты;
- роли и функции государства в экономике: корректировка рыночных сбоев, обеспечение общественных благ, перераспределение доходов, стабилизация экономики;
- инструменты государственного регулирования:
 - фискальная политика (налоги, госрасходы);
 - монетарная политика (ставка рефинансирования, резервные требования, операции на открытом рынке);
 - административное регулирование (стандарты, лицензии, запреты);
- цели экономической политики государства: экономический рост, занятость, стабильность цен, сбалансированный бюджет, внешнеэкономическое равновесие;
- механизмы взаимодействия государства и бизнеса: госзаказы, субсидии, налоговые льготы, государственно-частное партнёрство.

Уметь:

- анализировать экономические процессы с учётом роли государственного регулирования (например, оценивать последствия изменения налоговой ставки или ключевой процентной ставки);
- сопоставлять эффекты рыночного саморегулирования и государственного вмешательства в различных секторах экономики;
- интерпретировать макроэкономические показатели и понимать, как государство использует их для корректировки экономической политики;
- оценивать целесообразность государственных мер в конкретных экономических ситуациях (антимонопольное регулирование, поддержка отраслей, социальная политика);
- работать с нормативно-правовыми актами, затрагивающими экономическое регулирование (налоговый кодекс, законы о ЦБ, антимонопольное законодательство);
- выявлять взаимосвязи между экономической политикой государства и поведением хозяйствующих субъектов (фирм, домохозяйств).

Владеть:

- навыками чтения и анализа статистических данных (Росстат, ЦБ, Минэкономразвития) для оценки состояния экономики и эффективности госрегулирования;

- навыками использования экономических моделей (кривые спроса/предложения, модель IS-LM, кривая Филлипса) для прогнозирования последствий государственных решений;
- навыками подготовки аналитических справок о влиянии конкретных мер госрегулирования на отрасли или макроэкономические показатели;
- навыками аргументированного обсуждения плюсов и минусов различных форм государственного участия (например, протекционизм vs. свободная торговля);
- навыками применения экономических понятий для оценки личных финансовых решений в контексте государственной политики (например, влияние инфляции на сбережения, эффекты налоговых вычетов);
- навыками работы с открытыми источниками экономической информации (сайты Минфина, ЦБ, ОЭСР, Всемирного банка) для мониторинга государственной экономической политики.

УК-10.2: Применяет методы личного экономического и финансового планирования для достижения текущих и долгосрочных финансовых целей, использует финансовые инструменты для управления личными финансами (личным бюджетом), контролирует собственные экономические и финансовые риски

Знать:

- Принципы личного финансового планирования. Студенты изучают основы бюджетирования, методы расчёта доходов и расходов, а также стратегии накопления и инвестирования.
- Финансовые инструменты и их применение. Дисциплина охватывает виды банковских продуктов (депозиты, кредиты, карты), инвестиционные инструменты (акции, облигации, ПИФы), а также механизмы страхования рисков.
- Налоги для физических лиц. Студенты знакомятся с системой налогообложения в РФ, основными налогами (НДФЛ, имущественные налоги), льготами и способами оптимизации налоговых выплат.
- Основы управления рисками. Изучаются методы идентификации, оценки и минимизации финансовых рисков, включая инфляционные, кредитные и инвестиционные риски.

Уметь:

- Составлять личный бюджет. Развивается способность планировать доходы и расходы, определять приоритеты трат и формировать сбережения.
- Анализировать финансовое положение реальных компаний. Студенты учатся оценивать условия банковских продуктов, инвестиционных инструментов.

Владеть:

- навыками принятия обоснованных финансовых решений. Формируется способность выбирать оптимальные способы управления личными финансами с учётом индивидуальных целей и возможностей.
- навыками мониторинга изменений в финансовой сфере. Развивается навык отслеживания законодательных нововведений, рыночных трендов и других факторов, влияющих на личные финансы.

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. Основы экономики						
1.1	Введение в экономическую науку: Потребности, ресурсы, проблема ограниченности и выбора. /Тема/	6	0				
1.2	Введение в экономическую науку /Лек/	6	2	УК-6.1-31 УК-6.1-У1 УК-6.1-В1 УК-6.3-31 УК-6.3-У1 УК-6.3-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8Л2.1 Л2.2		
1.3	Введение в экономическую науку: /Пр/	6	2	УК-6.1-31 УК-6.1-У1 УК-6.1-В1 УК-6.3-31 УК-6.3-У1 УК-6.3-В1			
1.4	Происхождение и сущность денег /Тема/	6	0				
1.5	Происхождение и сущность денег /Лек/	6	2	УК-6.1-У1 УК-6.2-31 УК-6.2-У1 УК-6.2-В1			
1.6	Происхождение и сущность денег /Пр/	6	2	УК-6.2-31 УК-6.2-У1 УК-6.2-В1			
1.7	Совершенная и несовершенная конкуренция /Тема/	6	0				

1.8	Совершенная и несовершенная конкуренция /Лек/	6	2	УК-6.3-31 УК-6.3-У1 УК-6.3-В1			
1.9	Совершенная и несовершенная конкуренция /Пр/	6	2	УК-6.3-31 УК-6.3-У1 УК-6.3-В1			
1.10	Эффективность национальной экономики: Понятие макроэкономической эффективности и устойчивого развития. /Тема/	6	0				
1.11	Эффективность национальной экономики: Понятие макроэкономической эффективности и устойчивого развития. /Лек/	6	2	УК-10.1-31 УК-10.1-У1 УК-10.1-В1			
1.12	Эффективность национальной экономики: Понятие макроэкономической эффективности и устойчивого развития. /Пр/	6	2	УК-10.1-31 УК-10.1-У1 УК-10.1-В1			
1.13	Эффективность национальной экономики: Понятие макроэкономической эффективности и устойчивого развития. /Ср/	6	55	УК-10.1-31 УК-10.1-У1 УК-10.1-В1			
	Раздел 2. Основы менеджмента						
2.1	Сущность и эволюция менеджмента /Тема/	6	0				
2.2	Сущность и эволюция менеджмента /Лек/	6	2	УК-10.2-31 УК-10.2-У1 УК-10.2-В1			
2.3	Сущность и эволюция менеджмента /Пр/	6	2				
2.4	Руководство и власть в организации /Тема/	6	0				
2.5	Руководство и власть в организации /Лек/	6	2	УК-10.2-31 УК-10.2-У1 УК-10.2-В1			
2.6	Руководство и власть в организации /Пр/	6	2	УК-10.2-31 УК-10.2-У1 УК-10.2-В1			
2.7	Процесс коммуникации в управлении /Тема/	6	0				
2.8	Процесс коммуникации в управлении /Лек/	6	2	УК-6.1-31 УК-6.1-У1 УК-6.1-В1			
2.9	Процесс коммуникации в управлении /Пр/	6	2	УК-6.1-31 УК-6.1-У1 УК-6.1-В1			
2.10	Природа управленческих решений /Тема/	6	0				
2.11	Природа управленческих решений /Лек/	6	2	УК-6.2-31 УК-6.2-У1 УК-6.2-В1			
2.12	Природа управленческих решений /Пр/	6	4	УК-6.2-31 УК-6.2-У1 УК-6.2-В1			
2.13	Природа управленческих решений /Ср/	6	55	УК-6.2-31 УК-6.2-У1 УК-6.2-В1			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Блок 1: Основы экономики (вопросы 1-25)

Микроэкономика:

Дайте определение понятиям «потребность» и «экономический ресурс». Приведите примеры.

В чем суть проблемы ограниченности ресурсов и выбора в экономике? Проиллюстрируйте на примере.

Что такое альтернативная стоимость (издержки упущенных возможностей)? Приведите расчетный пример.

Назовите основные факторы производства и виды доходов, которые они приносят.

Что показывает кривая производственных возможностей? Объясните, что означает точка внутри и вне этой кривой.

Дайте определение спроса. Сформулируйте закон спроса и объясните его причины (эффект дохода и замещения).

Что такое предложение? Сформулируйте закон предложения.

Что такое рыночное равновесие? Изобразите его графически. Что происходит на рынке при установлении фиксированной цены ниже или выше равновесной?

Дайте определение эластичности спроса по цене. Какой спрос считается эластичным, неэластичным и единичной эластичности?

Перечислите основные рыночные структуры (типы конкуренции). Дайте краткую характеристику каждой.

Что такое постоянные, переменные и валовые издержки фирмы? Изобразите их графики в краткосрочном периоде.

Как фирма определяет оптимальный объем производства в условиях совершенной конкуренции в краткосрочном периоде? (Правило $MR=MC$).

Макроэкономика:

13. Назовите основные макроэкономические цели государства.
14. Что такое ВВП? В чем разница между номинальным и реальным ВВП?
15. Перечислите фазы экономического цикла и дайте им краткую характеристику.
16. Что такое инфляция? Назовите ее основные виды (по темпам) и причины.
17. Каковы социально-экономические последствия инфляции?
18. Что такое безработица? Опишите основные ее типы (фрикционная, структурная, циклическая).
19. Какова роль Центрального банка в экономике? Назовите его основные функции.
20. Что такое фискальная (бюджетно-налоговая) политика? Какие инструменты она использует?
21. В чем разница между прямыми и косвенными налогами? Приведите примеры.
22. Что показывает кривая Лаффера?
23. Назовите основные статьи доходов и расходов государственного бюджета.
24. Что такое платежный баланс страны? Назовите его основные разделы.
25. Объясните, как процентная ставка влияет на инвестиционную активность в экономике.

Блок 2: Основы менеджмента (вопросы 26-50)

Функции и основы менеджмента:

26. Дайте определение менеджменту. Назовите основные функции менеджмента (по Анри Файоллю).
27. Что такое миссия и цели организации? Приведите пример SMART-цели.
28. Опишите процесс стратегического планирования. Что такое SWOT-анализ?
29. Опишите основные организационные структуры управления (линейная, функциональная, дивизиональная, матричная). Укажите их достоинства и недостатки.
30. В чем суть процесса мотивации? Сравните содержательные и процессуальные теории мотивации (приведите примеры).
31. Опишите иерархию потребностей А. Маслоу. Какие практические выводы для менеджера из нее следуют?
32. Объясните теорию двух факторов Ф. Герцберга. Что такое гигиенические факторы и мотиваторы?
33. Назовите основные стили руководства (авторитарный, демократический, либеральный). В каких ситуациях эффективен каждый из них?
34. Что такое лидерство? В чем разница между руководителем и лидером?
35. Назовите основные источники и виды власти руководителя в организации.
36. Что такое организационная культура? Какие элементы она включает?
37. Опишите основные этапы процесса принятия управленческого решения.
38. Что такое управленческий контроль? Назовите его основные виды (предварительный, текущий, итоговый).
39. Объясните понятие «коммуникационный процесс». Назовите его основные элементы и возможные барьеры.

Управление в конкретных областях:

40. Что такое менеджмент персонала (HRM)? Назовите его ключевые функции.
41. Опишите основные этапы процесса подбора персонала.
42. Что такое адаптация персонала и почему она важна?
43. Назовите основные методы оценки эффективности деятельности сотрудников.
44. Что такое организационные изменения? Опишите модель изменений Курта Левина («Разморозить-Изменить-

Заморозить»).

45. Почему сотрудники часто сопротивляются изменениям и как менеджер может преодолеть это сопротивление?

46. Что такое проектный менеджмент? Назовите его ключевые стадии.

47. Объясните, что такое «управление качеством» и какие основные принципы лежат в основе концепции TQM (Всеобщего управления качеством).

48. Дайте определение «бизнес-процесса». Что такое реинжиниринг бизнес-процессов?

49. Какое влияние на современный менеджмент оказывают цифровизация и глобализация?

50. Ситуационный вопрос (анализ): Малое предприятие, выпускающее сувенирную продукцию, столкнулось с падением продаж на 20% в течение квартала. Какие действия в рамках функций менеджмента (анализ, планирование, организация, мотивация, контроль) вы предложите ее руководству для исправления ситуации?

5.2. Темы письменных работ

Темы для рефератов по дисциплине.

Раздел: Экономика (Темы 1-4)

Эволюция экономических систем: от традиционной к смешанной. (Историко-теоретический обзор)

Теория спроса и предложения: механизм рыночного равновесия и его нарушения.

Практическое значение эластичности спроса для бизнеса и государственной политики.

Электронные деньги и криптовалюты: новая эволюция денег или «мыльный пузырь»?

Инфляция: виды, причины и социально-экономические последствия для населения и бизнеса.

Монополия в современной экономике: необходимость, вред и методы государственного регулирования (на примере естественных монополий).

Олигополия как доминирующий тип рынка: особенности поведения фирм (на примере рынка сотовой связи или автопрома).

Монополистическая конкуренция в сфере услуг: роль дифференциации продукта и рекламы.

ВВП как главный показатель экономического развития: достоинства, недостатки и альтернативы.

Цикличность экономического развития: природа кризисов и антикризисные меры государства.

Раздел: Менеджмент (Темы 5-8)

Классические и современные школы менеджмента: сравнительный анализ.

Функции менеджмента (по Файолю) и их реализация в современной организации.

Организационные структуры управления: преимущества и недостатки линейно-функциональной, дивизиональной и матричной моделей.

Власть и влияние в организации: формальные и неформальные источники власти руководителя.

Теории лидерства: от «Великого человека» до ситуационного подхода. Кто такой эффективный лидер сегодня?

Управление конфликтами в организации: стратегии предотвращения и разрешения.

Барьеры эффективной коммуникации в компании и пути их преодоления.

Роль невербальной коммуникации в процессе делового общения.

Модель рационального управленческого решения и ограничения ее применения на практике.

Методы принятия коллективных решений: «мозговой штурм», метод Дельфи, метод «шести шляп» Э. де Боно.

Раздел: Синтез экономики и менеджмента (прикладные темы)

Бизнес-план как основа принятия управленческих и экономических решений при создании нового предприятия.

Мотивация персонала: экономические (зарплата, бонусы) и неэкономические методы.

Управление издержками фирмы: поиск резервов повышения экономической эффективности.

Ценообразование в условиях разных типов рыночных структур: стратегии фирмы.

Конкурентный анализ фирмы: методы и инструменты (на примере конкретного рынка).

Финансовая устойчивость предприятия: основные показатели и роль менеджмента в ее обеспечении.

Управление рисками в бизнесе: экономическая сущность рисков и методы работы с ними.

Инвестиционные решения компании: экономическое обоснование и управление проектами.

Корпоративная социальная ответственность (КСО): баланс экономических целей и социальных обязательств.

Национальные особенности менеджмента (на примере сравнения американской, японской и российской моделей).

Раздел: Современные тенденции и кейсы

Стартап как особая форма бизнеса: особенности экономики и менеджмента.

Цифровая трансформация бизнеса: влияние на экономические модели и управленческие практики.

Управление удаленными командами: новые вызовы для коммуникаций и мотивации.

Agile-менеджмент: гибкие методологии управления в условиях неопределенности.

Экономические и управленческие аспекты устойчивого развития (ESG-повестка).

Кейс: Анализ конкурентной стратегии известной компании (на выбор: IKEA, McDonald's, Tesla, Сбер и т.д.).

Кейс: Управленческие решения во время кризиса (на примере пандемии COVID-19).

«Гигаэкономика» (платформенный бизнес): новые правила конкуренции и управления (Uber, Airbnb, Яндекс.Такси).

Бюджетирование и финансовое планирование как инструмент управления экономикой фирмы.

Тайм-менеджмент для руководителя: экономическая ценность времени и методы его эффективного использования.

5.3. Фонд оценочных средств

Тестирование:

1. Что из перечисленного относится к факторам производства?

- а) деньги, акции, облигации;
- б) труд, земля, капитал, предпринимательские способности;
- в) товары, услуги, информация;
- г) налоги, субсидии, кредиты.

Правильный ответ: б)

2. Что такое инфляция?

- а) снижение цен на товары и услуги;
- б) рост общего уровня цен и падение покупательной способности денег;
- в) увеличение объема денежной массы в экономике;
- г) повышение курса национальной валюты.

Правильный ответ: б)

3. Какой показатель отражает рыночную стоимость всех конечных товаров и услуг, произведённых в стране за год?

- а) ВВП (валовой национальный продукт);
- б) ВВП (валовой внутренний продукт);
- в) национальный доход;
- г) чистый национальный продукт.

Правильный ответ: б)

4. Что означает закон спроса?

- а) чем выше цена, тем выше предложение;
- б) чем выше цена, тем ниже величина спроса;
- в) спрос всегда равен предложению;
- г) спрос не зависит от цены.

Правильный ответ: б)

5. Что такое безработица?

- а) отсутствие работы у всех граждан страны;
- б) ситуация, когда часть трудоспособного населения не может найти работу;
- в) добровольный отказ от трудоустройства;

г) выход на пенсию.

Правильный ответ: б)

6. Что относится к инструментам монетарной политики государства?

- а) изменение налоговых ставок;
- б) регулирование ключевой ставки и нормы обязательных резервов;
- в) увеличение государственных расходов;
- г) введение новых законов.

Правильный ответ: б)

7. Что такое конкуренция в экономике?

- а) сотрудничество фирм для установления высоких цен;
- б) соперничество между участниками рынка за лучшие условия производства и сбыта;
- в) монопольное положение одного производителя;
- г) государственное регулирование цен.

Правильный ответ: б)

8. Что показывает кривая производственных возможностей?

- а) динамику инфляции в стране;
- б) максимальные объёмы производства двух товаров при полном использовании ресурсов;
- в) уровень безработицы в разных отраслях;
- г) темпы экономического роста.

Правильный ответ: б)

9. Что такое бюджетный дефицит?

- а) превышение доходов бюджета над расходами;
- б) равенство доходов и расходов бюджета;
- в) превышение расходов бюджета над доходами;
- г) отсутствие расходов в бюджете.

Правильный ответ: в)

10. Что является основной функцией налогов в экономике?

- а) исключительно наказание за нарушения;
- б) формирование доходов государственного бюджета и регулирование экономики;
- в) ограничение предпринимательской деятельности;
- г) стимулирование инфляции.

Правильный ответ: б)

11. Что является главной целью менеджмента?

- а) максимизация прибыли в краткосрочном периоде;
- б) эффективное использование ресурсов для достижения целей организации;
- в) удовлетворение личных амбиций руководителя;
- г) сокращение численности персонала.

Правильный ответ: б)

12. Какой из перечисленных элементов НЕ относится к основным функциям менеджмента?

- а) планирование;
- б) организация;
- в) мотивация;
- г) производство.

Правильный ответ: г)

13. Что такое стратегическое планирование?

- а) составление ежедневного расписания руководителя;
- б) определение долгосрочных целей и способов их достижения;
- в) контроль текущих производственных операций;
- г) разработка инструкций для рядовых сотрудников.

Правильный ответ: б)

14. Какая организационная структура характеризуется жёсткой иерархией и чётким разделением полномочий?

- а) матричная;
- б) линейная;
- в) проектная;
- г) сетевая.

Правильный ответ: б)

15. Что понимается под мотивацией в менеджменте?

- а) система штрафов за нарушение трудовой дисциплины;
- б) процесс побуждения себя и других к деятельности для достижения целей;
- в) обязательное проведение корпоративных мероприятий;
- г) ежегодная индексация заработной платы.

Правильный ответ: б)

16. Что такое делегирование полномочий?

- а) полный отказ руководителя от своих обязанностей;
- б) передача части задач и полномочий подчинённому с сохранением ответственности за результат;
- в) письменное уведомление сотрудника о новых обязанностях;
- г) перевод сотрудника на другую должность.

Правильный ответ: б)

17. Какой стиль руководства предполагает максимальное участие сотрудников в принятии решений?

- а) авторитарный;
- б) демократический;
- в) либеральный;
- г) бюрократический.

Правильный ответ: б)

18. Что является ключевым элементом контроля как функции менеджмента?

- а) постоянное присутствие руководителя на рабочем месте;
- б) сравнение фактических результатов с запланированными и корректировка действий;
- в) ежемесячное собрание коллектива;
- г) ведение табеля учёта рабочего времени.

Правильный ответ: б)

19. Что такое организационная культура?

- а) свод правил внутреннего трудового распорядка;
- б) совокупность ценностей, норм и моделей поведения, принятых в организации;
- в) дизайн офисного помещения;
- г) количество корпоративных праздников в году.

Правильный ответ: б)

20. Что означает принцип единоначалия в менеджменте?

- а) каждый сотрудник получает распоряжения только от одного непосредственного руководителя;
- б) все решения принимает единственный топ-менеджер компании;
- в) в организации может быть только один руководитель;
- г) руководитель не имеет заместителей.

Правильный ответ: а)

Доклад с презентацией на тему : "Разбор экономического положения страны"

Доклад с презентацией на тему : "Разбор менеджмента российской компании"

5.4. Перечень видов оценочных средств

Доклад – представление студентом наработанной информации по заданной теме в форме речевого сообщения на практическом занятии.

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

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

Зачет по дисциплине (модулю) 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 экзаменационного билета.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

Выполнение учебных заданий по дисциплине в ходе текущего контроля успеваемости в процессе изучения 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	Поликарпова Т. И.	Экономическая теория: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.2	Титов В. Н., Суханова Г. Н.	Теория и история менеджмента: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.3	Одинцов А. А.	Основы менеджмента: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.4	Борисов Е. Ф.	Экономика: учебник и практикум (отсутствует)	Москва: Юрайт, 2025
Л1.5	Максимова В. Ф., Вершинина А. А., Горяинова Л. В., Данилина Я. В., Максимова Т. П.	Микроэкономика: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.6	Розанова Н. М.	Макроэкономика. Устойчивое равновесие в динамической среде: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.7	Гребенников П. И., Тарасевич Л. С.	Экономика: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.8	Полякова М. А., Позубенкова Э. И.	Основы менеджмента: учебное пособие	Пенза: ПГАУ, 2025
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Коргова М. А.	Менеджмент организации: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л2.2	Румянцева Е. Е.	Экономический анализ: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
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 «Поволжская ГАФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/		
6.3.1.3	(регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»).		
6.3.1.4	"Microsoft Windows Pro 7 64-bit Rus OEM License – Распоряжение ТУ Росимущества в РТ № 148-р от 14.06.2016		
6.3.1.5	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL AcademicEdition - Номер лицензии: 65059285		
6.3.1.6	(Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.7	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License –		
6.3.1.8	Номер лицензии: 24C4-000451-577CAFCE (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №1442 от		
6.3.1.9	14.11.2023)		
6.3.1.10	1С.Университет Проф. Ред. 2.2. Лицензии: №8100406910 №8100833887 договор №79 от 25.02.2025		
6.3.1.11	Подтверждение наличия лицензионного ПО до 2026 года: Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian OLP NL		
6.3.1.12	AcademicEdition Windows7 Professional Upgr Номера лицензий: 48800789 (контракт №2011.12188 от 11.07.2011)		
6.3.1.13	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:		
6.3.2.2	электронный. – URL: http://e.lanbook.com (дата обращения: 01.03.2025). – Режим доступа: для зарегистрированных		
6.3.2.3	пользователей.		

6.3.2.4	2. Федеральный портал «Российское образование» : сайт. – Москва. – Текст : электронный. – URL:
6.3.2.5	http://www.edu.ru (дата обращения 01.02.2025).
6.3.2.6	3. ФизкультУра: Виртуальный клуб любителей здорового образа жизни: сайт. – Текст: электронный. - URL:
6.3.2.7	www.fizkult-ura.ru (дата обращения 01.02.25). - Режим доступа: свободный
6.3.2.8	4. Электронный каталог ПГУФКСиТ. – Текст: электронный. – Поволжский государственный университет
6.3.2.9	физической культуры, спорта и туризма: официальный сайт. – Казань, 2013. – URL: http://lib.sportacadem.ru/cgi-
6.3.2.10	bin/irbis64r_plus/cgiirbis_64_ft.exe (дата обращения 17.05.2025). – Режим доступа для авторизированных
6.3.2.11	пользователей ПГАФКСиТ.
6.3.2.12	5. Юрайт : Электронно-библиотечная система : сайт. – Москва, 2013. –Текст: электронный. – URL: https://urait.ru
6.3.2.13	(дата обращения: 08.03.2025). – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус) D106
7.2	Персональный компьютер ICL RAY (3 шт.), ЖК телевизор LG 55LM620T, акустическая система Sven, доступ к
7.3	Интернету.
7.4	

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

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

1. Цель и задачи самостоятельной работы

Цель: Сформировать у студентов систематизированные знания в области экономики и менеджмента, развить навыки критического анализа, решения практических задач и умение самостоятельно приобретать и применять новые знания.

Основные задачи:

Закрепление и углубление теоретического материала, полученного на лекциях.

Формирование практических навыков: анализ экономических показателей, решение расчетных задач, оценка управленческих ситуаций.

Развитие аналитических способностей: работа с информацией, сравнение различных концепций, аргументация своей точки зрения.

Подготовка к семинарским (практическим) занятиям, контрольным работам и экзамену.

Формирование профессионального кругозора через изучение дополнительных источников, примеров из реального бизнеса и актуальных экономических новостей.

2. Виды и содержание самостоятельной работы

2.1. Работа с лекционным материалом:

Обязательно: Проработка конспектов лекций в день их получения. Выделение ключевых терминов, определений, формул, классификаций.

Рекомендуется: Дополнение конспекта материалами из учебников, создание глоссария (словаря терминов) по каждой теме.

2.2. Изучение основной и дополнительной литературы:

Основная литература (учебники): Изучение рекомендованных глав. Составление плана-конспекта, выписывание основных тезисов и определений.

Дополнительная литература (научные статьи, монографии, профессиональные издания): Используется для подготовки докладов, эссе, углубленного изучения тем. Необходимо конспектировать основные идеи и формулировать свои вопросы.

2.3. Подготовка к семинарским (практическим) занятиям:

Внимательно изучить вопросы и задания, вынесенные на семинар.

Письменно подготовить ответы на теоретические вопросы.

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



Рабочая программа дисциплины **Физическая культура и спорт**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики гимнастики		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и в акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл), Спортивная подготовка в гимнастике и в акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
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 1
аудиторные занятия	11		
самостоятельная работа	61		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	8	8	8	8
Практические	2	2	2	2
Индивидуальные занятия	1	1	1	1
Итого ауд.	11	11	11	11
Контактная работа	11	11	11	11
Сам. работа	61	61	61	61
Итого	72	72	72	72

Автор (ы) программы:

к. п. н., Доц., Коновалова Лилия Александровна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой Ботова Л.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать у будущего специалиста системные, научно-обоснованные знания и глубокое понимание феномена физической культуры и спорта как сложного социально-педагогического явления, а также выработать умения применять эти знания для решения профессиональных задач.

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:	
2.2.1	Безопасность жизнедеятельности	
2.2.2	Физическое воспитание детей дошкольного возраста средствами избранного вида спорта	
2.2.3	Теория и методика физической культуры	
2.2.4	Физиология человека	
2.2.5	Основы медицинских знаний и спортивная медицина	
2.2.6	Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности	
2.2.7	Педагогика физической культуры и спорта	
2.2.8	Психология физической культуры и спорта	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
УК-7.1: Оценивает развитие личных физических качеств и показателей собственного здоровья	

Знать:
Роль ФК в структуре ЗОЖ, основы рационального питания, режима, закаливания, профилактики вредных привычек.
Уметь:
Проводить диагностику индивидуального физического развития и подготовленности.
Владеть:
Навыками на уровне базовых для сдачи норм комплекса ГТО и спортивно-прикладными навыками избранного вида спорта на уровне уверенного выполнения и возможности демонстрации.

УК-7.2: Выбирает здоровьесберегающие технологии для ведения здорового образа жизни

Знать:
Знает основные компоненты здорового образа жизни (ЗОЖ) и их взаимосвязь (двигательная активность, питание, ментальное здоровье, отказ от вредных привычек, режим).
Уметь:
Умеет проводить самоанализ и самодиагностику для определения приоритетных зон здоровья, требующих коррекции.
Владеть:
Владеет практическими навыками разработки комплекса упражнений оздоровительной тренировки с учетом результатов самоанализа и самодиагностики.

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. Теоретические основы физической культуры						
1.1	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов /Тема/	1	0				
1.2	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов /Лек/	1	2	УК-7.1-31	Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.8 Э3 Э4		
1.3	Физическая культура в профессиональной подготовке студентов /Ср/	1	10	УК-7.1-У1 УК-7.1-31	Л2.2 Л2.3 Л2.4 Л2.8 Э3 Э4		

1.4	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности /Тема/	1	0				
1.5	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности /Лек/	1	2	УК-7.2-31	Л1.2 Л1.4Л2.2 Л2.3 Э2		
1.6	Образ жизни и его отражение в профессиональной деятельности /Ср/	1	18	УК-7.2-У1 УК-7.2-В1 УК-7.2-31	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.2 Л2.3 Э2		
	Раздел 2. Методические основы физической культуры						
2.1	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе /Тема/	1	0				
2.2	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе /Лек/	1	2	УК-7.1-У1 УК-7.1-В1	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.4 Э1 Э3		
2.3	Общая физическая и спортивная подготовка студентов в образовательном процессе /Ср/	1	18	УК-7.1-У1 УК-7.1-В1	Л1.2 Л1.4 Л1.5Л2.1 Л2.4 Э1 Э3		
2.4	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятии /Тема/	1	0				
2.5	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятии /Лек/	1	2	УК-7.2-31 УК-7.2-У1 УК-7.2-В1	Л1.1 Л1.2 Л1.5Л2.5 Л2.6 Л2.7 Э1 Э2		
2.6	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятии /Ср/	1	15	УК-7.2-31 УК-7.2-У1 УК-7.2-В1	Л1.1 Л1.3 Л1.5Л2.5 Л2.6 Л2.7 Э1 Э2		
2.7	Зачет /Пр/	1	2	УК-7.1-31 УК-7.2-31	Л1.4Л2.2 Л2.4 Л2.5		
2.8	Методические основы самостоятельных занятий физическими упражнениями и самоконтроль в процессе занятии /ИЗ/	1	1		Л1.1 Л1.5Л2.5 Л2.6 Л2.7		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

- 1/ Вопросы текущего контроля в форме собеседования (устного опроса):
1. Структура физической культуры и ее функции.
 2. Физическая культура как вид культуры личности в обществе.
 3. Цели физического воспитания студентов. Воспитательные, образовательные, развивающие и оздоровительные задачи физической культуры в вузе.
 4. Образ жизни студентов и его влияние на здоровье.
 5. Здоровый образ жизни студента. Факторы, влияющие на здоровье студентов.
 6. Влияние окружающей среды на здоровье.
 7. Наследственность и ее влияние на здоровье.
 8. Здоровье в иерархии потребностей и ценностей культурного человека.
 9. Направленность поведения человека на обеспечение собственного здоровья.
 10. Самооценка собственного здоровья.
 11. Ценностные ориентации студентов на здоровый образ жизни и их отражение в жизнедеятельности.
 12. Содержательные характеристики составляющих здорового образа жизни.
 13. Профилактика вредных привычек.
 14. Формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни.
 15. Оптимальная двигательная активность и ее воздействие на здоровье и работоспособность.

14. Формы и содержание самостоятельных занятий: утренняя гигиеническая гимнастика, упражнения в течение учебного дня; самостоятельные тренировочные занятия.

15. Общая физическая подготовка, ее цель и задачи.

16. Особенности использования средств ОФП в практике самостоятельных занятий.

17. Управление самостоятельными занятиями. Определение цели. Учет индивидуальных особенностей.

18. Взаимосвязь между интенсивностью занятий и ЧСС. Признаки чрезмерной нагрузки. Гигиена самостоятельных занятий.

19. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.

20. Основы планирования самостоятельных занятий ОФП.

21. Тесты, используемые для оценки уровня физической подготовленности занимающихся.

22. Критерии оценки уровня физической подготовленности занимающихся.

2/ Практические работы для текущего контроля в форме учебно-исследовательской работы студента (УИРС):

УИРС 1 Оценка уровня физической подготовленности

Включает 2 этапа работы:

I Этап: Выполнение двигательных тестов.

II Этап: Оценка и сравнительный анализ результатов тестирования с нормативными требованиями.

УИРС 2 Экспресс-оценка уровня соматического здоровья по методике Г.Л. Апанасенко

Включает 3 этапа работы:

I Этап: Измерение показателей соматического здоровья. Расчет индексов и экспресс- оценка уровня соматического здоровья.

II Этап: Разработка содержания мезоцикла оздоровительной тренировки.

3/ Ситуационные задачи для текущего контроля:

Ситуационная задача № 1. Составьте комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке. Проведите занятие по общей физической подготовке с использованием спортивного инвентаря.

Ситуационная задача № 2. Составьте комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке. Проведите занятие по общей физической подготовке с использованием системы нормативов и методик контроля физической подготовленности занимающихся.

Ситуационная задача № 3. Составьте комплекс упражнений для занятия по общей физической подготовке. Выполните упражнения, осуществляя самоконтроль уровня физической подготовленности с использованием регистрационных приборов и самостоятельно оцените свой уровень физической подготовленности.

Ситуационная задача № 4. Подготовьте на основе анализа результатов оценки уровня своей двигательной подготовленности индивидуальную программу занятий по физической подготовке.

Ситуационная задача № 5. Подготовьте на основе анализа результатов оценки уровня своего здоровья индивидуальную программу занятий оздоровительной направленности на один мезоцикл.

4/ Тестовые задания для проведения промежуточной аттестации:

Вопрос. Физические качества - это:

1) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека

2) комплекс различных проявлений центральной нервной системы

3) способность человека противостоять физическому утомлению

4) индивидуальная реакция организма на физическую нагрузку

Вопрос. Основу двигательных способностей человека составляют:

1) психические задатки

2) физические качества

3) знания о физической культуре

4) результаты соревновательной деятельности

Вопрос. Физическое развитие человека оценивается следующими показателями

1) рост

2) вес

3) окружность головы

4) внимание и память

5) сила мышц кистей рук

Вопрос. Гипокинезия - это

1) оптимальная двигательная активность

2) ограниченная двигательная активность

3) чрезмерная двигательная активность

4) полное отсутствие движений

5) ни одно из вышеперечисленных

Вопрос. Суммарный эффект тренировочных воздействий на организм занимающихся называется:

1) срочной адаптацией

2) кумулятивной адаптацией

3) посттренировочной адаптацией

4) все ответы неверны

Вопрос: Тренировочные нагрузки, выполняемые при ЧСС _____ удар/мин относят к «аэробной» (первой) зоне, когда энергия вырабатывается в организме при достаточном притоке кислорода с помощью окислительных реакций:

1) 130-150 уд. в минуту

2) 170-185 уд. в минуту

3) 151-180 уд. в минуту

Вопрос: Разработайте комплекс из 5-ти упражнений для развития мышечной силы с учетом индивидуальных силовых показателей.

Вопрос: Разработайте комплекс из 5-ти упражнений для развития общей выносливости с учетом индивидуальных показателей оценки уровня здоровья по методике Апанасенко.

5.2. Темы письменных работ

Темы рефератов и презентаций:

1. Возможность и условия коррекции общего физического развития, двигательной и функциональной подготовленности средствами физической культуры и спорта.

2. Теоретические основы здоровьесберегающих технологий в вузе.

3. Методы оценки физического развития и физической подготовленности занимающихся физической культурой и спортом.

4. Методические основы самоконтроля.

5. Перспективы и эффективные модели использования здоровьесберегающих технологий.

6. Профилактика профессиональных заболеваний и травматизма средствами физической культуры.

7. Проблемы внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.

8. Разработка индивидуальной программы ЗОЖ для студенческой молодежи: структура и содержание.

9. Профилактика вредных привычек (курение, компьютерная зависимость) средствами физической культуры и спорта.

10. Основы рационального питания и спортивная диетология в системе ЗОЖ.

5.3. Фонд оценочных средств

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 или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме зачета.

5.4. Перечень видов оценочных средств

1. Собеседование, устный опрос

2. Тестирование

3. Практические задания

4. Ситуационные задачи

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	Зайцев А. А., Бояркина А. А., Зайцева В. Ф., Косенков О. Н., Луценко С. Я., Мануйленко Э. В., Сорока Б. В., Уханева Е. В.	Физическое самосовершенствование: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Кондаков В. Л., Горелов А. А., Румба О. Г., Копейкина Е. Н.	Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л1.3	Данилова Н. В.	Организация самостоятельных занятий по физической культуре и спорту: учебно-методическое пособие	Саранск: МГУ им. Н.П. Огарева, 2022
Л1.4	Муллер А. Б., Дядичкина Н. С., Богащенко Ю. А.	Физическая культура: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2025
Л1.5	Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н.	Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2025
6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Туревский И. М., Бородаенко В. Н., Тарасенко Л. В.	Физическая подготовка: сдача нормативов комплекса ГТО: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л2.2	Кондаков В. Л., Горелов А. А., Румба О. Г., Копейкина Е. Н.	Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л2.3	Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н.	Оздоровительные технологии в системе физического воспитания: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.4	Воронин С. М., Воронов Н. А., Игнатова Е. В., Шалайкин Л. Ю., Авдеева С. Н.	Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2024
Л2.5	Мандриков В. Б.	Организация охраны труда и профилактика травматизма на занятиях по физической культуре: учебно-методическое пособие	Волгоград: ВолгГМУ, 2020
Л2.6	Смелкова Е. В., Шаламова Г. Г.	Физическая культура в вузе для девушек. Оздоровительная гимнастика: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2024
Л2.7	Явдошенко Е. О., Каменский Д. А., Дудус А. Н.	Методические рекомендации обучающимся для самостоятельной работы по дисциплине «Физическая культура и спорт»: методические рекомендации	Санкт-Петербург: СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2023
Л2.8	Прошляков В. Д., Лапкин М. М.	Основы оздоровительной физической культуры: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2024

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы	
Э1	Официальный сайт ВФСК ГТО
Э2	официальный портал Минздрава России "Такздорово"
Э3	Спортивная Россия. Открытая платформа.
Э4	Федеральный портал «Российское образование»
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	Сайт ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» [электронный ресурс]. – режим доступа: Http://do.sportacadem.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ».
6.3.2.2	Интернет-ресурсы:
6.3.2.3	Федеральный портал «Российское образование» [электронный ресурс]. – режим Доступа: www.edu.ru .
6.3.2.4	Единое окно доступа к образовательным ресурсам [электронный ресурс]. – Режим доступа: http://window.edu.ru/library .
6.3.2.5	Спортивная Россия. Открытая платформа. [электронный ресурс]. – режим Доступа: https://infosport.ru/ .
6.3.2.6	Научная электронная библиотека elibrary.ru [электронный ресурс]. – Режим доступа: http://elibrary.ru/ .
6.3.2.7	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «готов к труду и обороне» (гто): документы и методические материалы. - http://www.gto.ru/document .
6.3.2.8	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	1. Аудитория для проведения занятий.
7.2	2. Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.3	3. Спортивный зал
7.4	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.5	- 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;
7.6	- 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.
7.7	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.8	
7.9	

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
Виды и формы отработки пропущенных занятий Пропущенные учебные занятия подлежат отработке. Отработка студентом пропущенного лекционного занятия проводится в следующих формах: самостоятельная работа студента над вопросами занятия, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем. Форма отработки студентом пропущенного практического занятия выбирается преподавателем (самостоятельно выполняет практическую работу, решает ситуационные задачи, готовит реферат на заданную тему, 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.

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Реферат должен включать:

1. Титульный лист (оформляется строго по образцу вуза/кафедры).
2. Оглавление (Содержание) с указанием страниц.
3. Введение.
4. Основная часть (разделенная на 2-3 главы/раздела).
5. Заключение.
6. Список использованных источников (оформленный по ГОСТ Р 7.0.100–2018).
7. Приложения (при необходимости, не входят в основной объем).

Объем реферата не менее 12 страниц.

Требования к презентациям — наглядность, читаемость и информативность

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

СР включает два основных взаимосвязанных блока: теоретический и практический.

Формы работы: 1) Изучение рекомендованной литературы, выполнение практических работ и решение ситуационных задач.

2) Систематические самостоятельные тренировочные занятия.

Рекомендуемая частота: Не менее 2-3 раз в неделю продолжительностью 60-90 минут.

Примерная структура самостоятельного занятия:

Подготовительная часть (разминка, 10-15 мин): Общая разминка (ходьба, бег в спокойном темпе), суставная гимнастика, динамическая растяжка.

Основная часть (40-60 мин):

Развитие физических качеств: Комплексы упражнений на силу (с отягощением, весом собственного тела), выносливость, гибкость (статические и динамические упражнения на растяжку).

Совершенствование в избранном виде спорта: Отработка технических элементов и связок и комбинаций.

Компенсация гиподинамии: Упражнения для профилактики нарушений осанки, зрения, укрепления мышц спины и кора.

Заключительная часть (заминка, 5-10 мин): Упражнения на восстановление дыхания и ЧСС (ходьба, медленный бег), статическая растяжка основных мышечных групп.

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



Рабочая программа дисциплины **Элективные дисциплины по физической культуре и спорту**

Закреплена за кафедрой

Кафедра теории и методики гимнастики

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и в акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл), Спортивная подготовка в гимнастике и в акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

0 ЗЕТ

Часов по учебному плану

328

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 2, 4, 6, 8

аудиторные занятия

328

самостоятельная работа

0

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	48	48	64	64	32	32	48	48	44	44	48	48	24	24	20	20	328	328
Итого ауд.	48	48	64	64	32	32	48	48	44	44	48	48	24	24	20	20	328	328
Контактная работа	48	48	64	64	32	32	48	48	44	44	48	48	24	24	20	20	328	328
Итого	48	48	64	64	32	32	48	48	44	44	48	48	24	24	20	20	328	328

Автор (ы) программы:

Преп., Надежина Софья Михайловна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой Ботова Л.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Формирование у обучающихся системы знаний, умений и навыков, позволяющих успешно реализовывать задачи физического воспитания и спортивной подготовки в своей будущей профессиональной деятельности.

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

ОПК-4: Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-4.1: Развивает физические качества спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта

Знать:
Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта

Знать:
Система подготовки спортсменов по виду спорта

Знать:
Сенситивные периоды развития физических качеств

ОПК-4.2: Повышает функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта

Знать:
Система воспитания в тренировочной деятельности по виду спорта

Знать:
Система подготовки спортсменов по виду спорта

Знать:
Сенситивные периоды развития физических качеств

ОПК-4.3: Осуществляет психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:
Методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства, функциональной подготовленности, уровня развития двигательных качеств, психических особенностей занимающихся по виду спорта

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)

Владеть:
Проведение анализа результатов соревновательной деятельности занимающихся, включая динамику спортивно-технических результатов в годичных циклах подготовки

Владеть:
Проведение анализа подготовленности занимающихся (оценка физических качеств и уровня освоения техники по виду спорта) методом наблюдения на спортивных мероприятиях

Владеть:
Организация целевого тестирования при выполнении занимающимися контрольных испытаний, соревновательных и контрольных прикидок, фиксация и аналитическая обработка результатов тестирования

ОПК-7: Способен формировать осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности, мотивационно-ценностные ориентации и установки на ведение здорового образа жизни у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОПК-7.1: Формирует осознанное отношение к спортивной и физкультурной деятельности

Знать:
Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся

Уметь:
Формировать навыки безопасного поведения и культуру безопасности, навыки саморазвития и укрепления здоровья для достижения должного уровня физической подготовленности к полноценной социальной и профессиональной деятельности средствами и методами физической культуры

Владеть:
Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, проходящих спортивную подготовку, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Владеть:
Обеспечение физического, психического, социального, духовно-нравственного развития лиц, обучающихся по основным образовательным программам, для воспитания социально значимых личностных качеств и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

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

ОПК-19.3: Контролирует исправность материально-технического оснащения в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

Знать:
Санитарно-гигиенические требования к организациям, осуществляющим спортивную подготовку; к организациям, осуществляющим образовательную деятельность

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

ПК-2: Способен совершенствовать свое индивидуальное спортивное мастерство

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

Знать:
Объекты контроля и показатели технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной, интегральной сторон подготовленности

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

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

ПК-2.2: Совершенствует навыки соревновательной деятельности

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

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

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

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

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

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	Компетенции	Литература и эл. ресурсы	Интеракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						
1.1	Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся. Методические принципы и методы физического воспитания. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». /Тема/	1	0				
1.2	Основы культуры здорового и безопасного образа жизни спортсменов и обучающихся. Методические принципы и методы физического воспитания. Содержание Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». /Пр/	1	6	ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2	Л1.10 Л1.18 Л1.19		
1.3	Возрастные закономерности становления спортивного мастерства по виду спорта. Основы развития физических качеств и способностей /Тема/	1	0				
1.4	Возрастные закономерности становления спортивного мастерства по виду спорта. Основы развития физических качеств и способностей /Пр/	1	12	ОПК-4.1-33 ОПК-4.2-33	Л1.11 Л1.20 Л1.26 Л1.34 Э1		
1.5	Основы обучения техническим элементам избранного вида спорта /Тема/	1	0				
1.6	Основы обучения техническим элементам избранного вида спорта /Пр/	1	10	ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В3 ПК-2.1-31 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-В1 ПК-2.3-В1	Л1.7 Л1.8 Л1.17 Л1.29 Л1.32		
1.7	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Тема/	1	0				
1.8	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	1	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2 ПК-2.3-31	Л1.6 Л1.8		
1.9	Подготовка и выполнение норм ГТО (в рамках Здоровой среды). Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях в рамках Спартакиады ВУЗа, и иных спортивных мероприятиях вуза. Отбор для участия во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК (номинации ГТО и полоса препятствий) /Тема/	1	0				

1.10	Подготовка и выполнение норм ГТО (в рамках Здоровой среды). Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях в рамках Спартакиады ВУЗа, и иных спортивных мероприятиях вуза. Отбор для участия во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК (номинации ГТО и полоса препятствий) /Пр/	1	10	ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В3 ОПК-4.3-В4 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2 ПК-2.1-У1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-У1	Л1.5		
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта /Тема/	2	0				
2.2	Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта /Пр/	2	8	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-В1 ПК-2.2-31 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31	Л1.9 Л1.35		
2.3	Организация и проведение занятий по избранному виду спорта. Составление конспекта фрагмента учебно-тренировочного занятия (заключительная часть - комплекс СФП) по избранному виду спорта /Тема/	2	0				
2.4	Организация и проведение занятий по избранному виду спорта. Составление конспекта фрагмента учебно-тренировочного занятия (заключительная часть - комплекс СФП) по избранному виду спорта /Пр/	2	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.1-33 ОПК-4.2-32 ОПК-4.2-33 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В3 ПК-2.2-31 ПК-2.3-31	Л1.4 Л1.15 Л1.21 Л1.23 Л1.25 Л1.27 Л1.31 Л1.33		
2.5	Технология проведения педагогического наблюдения за тренировочной и соревновательной деятельностью занимающихся с последующим анализом показателей физических качеств и способностей, а также технической подготовленности по виду спорта /Тема/	2	0				

2.6	Технология проведения педагогического наблюдения за тренировочной и соревновательной деятельностью занимающихся с последующим анализом показателей физических качеств и способностей, а также технической подготовленности по виду спорта /Пр/	2	8	ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-B1 ОПК-4.3-B2 ОПК-4.3-B3 ПК-2.1-31 ПК-2.1-Y1 ПК-2.1-B1 ПК-2.2-Y1 ПК-2.2-B1 ПК-2.3-B1	Л1.14		
2.7	Проведение фрагмента учебно-тренировочного занятия (заключительная часть - комплекс СФП) по избранному виду спорта /Тема/	2	0				
2.8	Проведение фрагмента учебно-тренировочного занятия (заключительная часть - комплекс СФП) по избранному виду спорта /Пр/	2	12	ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-B3 ОПК-7.1-B1 ОПК-7.1-B2 ПК-2.2-31 ПК-2.3-31	Л1.11 Л1.12 Л1.13		
2.9	Составление соревновательных и показательных композиций, а также участие в соревнованиях различного уровня по виду спорта и культурно-массовых мероприятиях /Тема/	2	0				
2.10	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	2	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-Y1 ОПК-7.1-B1 ОПК-7.1-B2	Л1.7 Л1.8 Л1.28		
2.11	Составление соревновательных композиций и участие в соревнованиях различного уровня по виду спорта /Пр/	2	16	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-Y1 ОПК-19.3-B1 ПК-2.1-31	Л1.16		
2.12	Подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе спортивной подготовки по виду спорта. Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий. /Тема/	3	0				
2.13	Подбор и использование инвентаря и оборудования в процессе спортивной подготовки по виду спорта. Обеспечение соответствия материально-технического оснащения занятий особенностям соревнований, спортивных и физкультурных мероприятий. /Пр/	3	6	ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-Y1 ОПК-19.3-B1			

2.14	Анализ содержания правил соревнований по избранному виду спорта. Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию местам проведения соревнований /Тема/	3	0				
2.15	Анализ содержания правил соревнований по избранному виду спорта. Требования к экипировке, инвентарю и оборудованию местам проведения соревнований /Пр/	3	8	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-19.3-31 ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-У1 ОПК-19.3-В1	Л1.22 Л1.30		
2.16	Составление соревновательных и показательных композиций, а также участие в соревнованиях различного уровня по виду спорта и культурно-массовых мероприятиях /Тема/	3	0				
2.17	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	3	9	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			
2.18	Составление соревновательных композиций и участие в соревнованиях различного уровня по виду спорта /Пр/	3	9	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В2 ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-У1 ОПК-19.3-В1 ПК-2.1-31 ПК-2.2-31 ПК-2.3-31			
2.19	Отражение в дневнике самоконтроля мероприятий по восстановлению, поддержанию спортивной формы. Проведение контроля за качеством обеспечения оздоровительного и тренировочного эффекта УТЗ с помощью различных видов врачебного контроля: первичного, углубленного, дополнительного. Овладение знаниями о целях, задачах и результатах того или иного вида врачебного контроля. /Тема/	4	0				
2.20	Отражение в дневнике самоконтроля мероприятий по восстановлению, поддержанию спортивной формы. Проведение контроля за качеством обеспечения оздоровительного и тренировочного эффекта УТЗ с помощью различных видов врачебного контроля: первичного, углубленного, дополнительного. Овладение знаниями о целях, задачах и результатах того или иного вида врачебного контроля. /Пр/	4	4	ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В1 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2 ПК-2.1-У1 ПК-2.2-У1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-У1	Л1.3 Л1.24		

2.21	Участие во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК, и иных физкультурно-спортивных мероприятиях в рамках Спартакиады ВУЗа /Тема/	4	0				
2.22	Участие во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК, и иных физкультурно-спортивных мероприятиях в рамках Спартакиады ВУЗа /Пр/	4	14	ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В3 ОПК-4.3-В4 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			
2.23	Тактическая подготовка в ИВС: виды, особенности реализации. Техничко-тактическая подготовка в ИВС. Психологическая подготовка в ИВС. /Тема/	4	0				
2.24	Тактическая подготовка в ИВС: виды, особенности реализации. /Пр/	4	5	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-В1 ПК-2.3-В1			
2.25	Психологическая подготовка в ИВС, ее задачи, средства и методы /Пр/	4	5	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В1 ОПК-7.1-В2 ПК-2.1-31 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-В1 ПК-2.3-В1	Л1.1		
2.26	Интегральная подготовка в ИВС. Ее значение, компоненты, особенности реализации в ИВС. /Тема/	4	0				
2.27	Интегральная подготовка в ИВС. Ее значение, компоненты, особенности реализации в ИВС. /Пр/	4	5	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В1 ОПК-4.3-В2 ОПК-4.3-В3 ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-31 ПК-2.2-У1 ПК-2.2-В1 ПК-2.3-31 ПК-2.3-В1 ПК-2.3-У1			
2.28	Участие в показательных выступлениях на культурно-массовых мероприятиях /Тема/	4	0				

2.29	Участие в показательных выступлениях на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	4	15	ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			
2.30	Методика обучения техническим элементам избранного вида спорта. Методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства /Тема/	5	0				
2.31	Методика обучения техническим элементам избранного вида спорта. Методы оценки сильных и слабых сторон технико-тактического мастерства /Пр/	5	12	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31			
2.32	Физическая подготовка: общая и специальная. Методика развития физических качеств и двигательных способностей. /Тема/	5	0				
2.33	Физическая подготовка: общая и специальная. Методика развития физических качеств и двигательных способностей. /Пр/	5	12	ОПК-4.1-32 ОПК-4.1-33 ОПК-4.2-32 ОПК-4.2-33			
2.34	Композиционная подготовка в избранном виде спорта: подбор и интерпретация музыки, особенности постановки в соответствии с правилами соревнований, создание образа, интеграция технических элементов в соревновательную композицию /Тема/	5	0				
2.35	Композиционная подготовка в избранном виде спорта: подбор и интерпретация музыки, особенности постановки в соответствии с правилами соревнований, создание образа, интеграция технических элементов в соревновательную композицию /Пр/	5	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В2 ОПК-4.3-В3 ОПК-7.1-В1	Л1.2		
2.36	Составление показательных композиций и участие в культурно-массовых мероприятиях /Тема/	5	0				
2.37	Составление показательных композиций и участие в культурно-массовых мероприятиях /Пр/	5	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			
2.38	Педагогический контроль в избранном виде спорта. Организация тестирования физической подготовленности занимающихся при выполнении контрольных испытаний (нормативов) /Тема/	6	0				

2.39	Педагогический контроль в избранном виде спорта. Организация тестирования физической подготовленности занимающихся при выполнении контрольных испытаний (нормативов) /Пр/	6	12	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-В1 ОПК-4.3-В3 ОПК-4.3-В4 ПК-2.1-31 ПК-2.1-У1 ПК-2.2-У1			
2.40	Индивидуальное и групповое планирование тренировочного процесса. Содержание и организация занятий со спортсменами различного возраста и квалификации /Тема/	6	0				
2.41	Индивидуальное и групповое планирование тренировочного процесса. Содержание и организация занятий со спортсменами различного возраста и квалификации /Пр/	6	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-4.3-В2 ОПК-4.3-В3 ПК-2.1-У1 ПК-2.1-В1 ПК-2.2-У1 ПК-2.2-В1 ПК-2.3-В1 ПК-2.3-У1			
2.42	Состав ГСК. Функции судей. Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Тема/	6	0				
2.43	Состав ГСК. Функции судей. Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Пр/	6	16	ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-В1			
2.44	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Тема/	6	0				
2.45	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	6	10	ОПК-4.1-32 ОПК-4.2-32 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			
	Раздел 3. Раздел 3						
3.1	Ведение профессионального дневника тренера. Описание педагогических ситуаций, которые предстоит решить. Их анализ, выявление ошибок, пути их исправления и указание восстановительных мероприятий после различных циклов тренировочного процесса /Тема/	7	0				

3.2	Ведение профессионального дневника тренера. Описание педагогических ситуаций, которые предстоит решить. Их анализ, выявление ошибок, пути их исправления и указание восстановительных мероприятий после различных циклов тренировочного процесса /Пр/	7	8	ОПК-4.3-B1 ОПК-4.3-B2 ОПК-4.3-B3 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-B1 ОПК-7.1-B2			
3.3	Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Тема/	7	0				
3.4	Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Пр/	7	8	ОПК-4.3-B2 ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-У1 ОПК-19.3-B1			
3.5	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Тема/	7	0				
3.6	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	7	8	ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-B1 ОПК-7.1-B2			
3.7	Ведение профессионального дневника тренера. Описание педагогических ситуаций, которые предстоит решить. Их анализ, выявление ошибок, пути их исправления и указание восстановительных мероприятий после различных циклов тренировочного процесса /Тема/	8	0				
3.8	Ведение профессионального дневника тренера. Описание педагогических ситуаций, которые предстоит решить. Их анализ, выявление ошибок, пути их исправления и указание восстановительных мероприятий после различных циклов тренировочного процесса /Пр/	8	4	ОПК-4.3-31 ОПК-4.3-B1 ОПК-4.3-B2 ОПК-4.3-B3 ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-B1 ОПК-7.1-B2			
3.9	Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Тема/	8	0				
3.10	Организация и проведение соревнований. Судейская практика /Пр/	8	8	ОПК-4.3-B2 ОПК-4.3-B3 ОПК-19.3-32 ОПК-19.3-У1 ОПК-19.3-B1			
3.11	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Тема/	8	0				

3.12	Составление показательных выступлений и участие в них на культурно-массовых мероприятиях /Пр/	8	8	ОПК-7.1-31 ОПК-7.1-У1 ОПК-7.1-В1 ОПК-7.1-В2			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Примерные вопросы для устного ответа.

Спортивная гимнастика:

1. Место и значение гимнастики в системе физического воспитания.
2. Краткая история развития гимнастики.
3. Задачи гимнастики. Средства гимнастики.
4. Средства гимнастики.
5. Методические особенности гимнастики.
6. Виды гимнастики.
7. Характеристика травм возможных при занятиях гимнастикой. Причины и профилактика травматизма.
8. Понятия: помощь, страховка. Значение помощи и страховки для обеспечения безопасности занятий.
9. Значение терминологии. Требования, предъявляемые к терминам.
10. На какие части подразделяется команда и как они подаются.
11. Характеристика оздоровительных видов гимнастики.
12. Перечислить виды прикладных упражнений.
13. Команда для построения в шеренгу и где выстраивается группа, то же в колонну по одному. На какие части подразделяются команды.
14. При каких условиях мышцы лучше всего растягиваются.
15. Что нужно понимать под термином. Способы образования терминов.
16. Что такое «змейка», по какому признаку определяется ее величина, команда для движения «змейкой».
17. Какими путями можно повысить интенсивность мышечных упражнений при выполнении ОРУ.
18. Дать определение понятию «Гимнастика».
19. Дать определение седу, седу углом, седу с захватом.
20. Какими признаками характеризуется строевая (основная) стойка и в каких случаях ее должны принимать занимающиеся.
21. Что и в какой последовательности необходимо указывать при записи упражнений на снарядах.
22. Перечислить признаки, по которым тренер может судить о переутомлении гимнаста в процессе занятий.
23. Перечислить спортивные виды гимнастики.
24. Какой признак положен в основу классификации ОРУ, перечислить упражнения, входящие в эту классификацию.

Художественная гимнастика:

1. Место художественной гимнастики в отечественной системе физического воспитания.
2. Классификация и терминология в художественной гимнастике
3. Классификация учебно-тренировочных занятий по содержанию. Их краткая характеристика.
4. Фрагментарная структура урока по гимнастике.
5. Вариативная классификация разминок. Их краткая характеристика, значение применения.
6. Общая характеристика системы физической подготовки в художественной гимнастике.
7. Содержание общей физической подготовки в гимнастике.
8. Средства и методы специальной физической подготовки в гимнастике.
9. Содержание функциональной подготовки в гимнастике.
10. Требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий по художественной гимнастике.
11. Требования к технике безопасности в условиях соревнований в художественной гимнастике.
12. Требования к инвентарю и оборудованию в художественной гимнастике.
13. Содержание (компоненты) технической подготовки в художественной гимнастике.
14. Средства и методы предметной подготовки в художественной гимнастике.
15. Характеристика беспредметной подготовки в художественной гимнастике.
16. Правила соревнований в художественной гимнастике.
17. Особенности оценивания процесса и результатов деятельности спортсменок при освоении программы художественной гимнастики.
18. Причины травм и профилактика травматизма в художественной гимнастике.

Акробатический рок-н-ролл:

1. Место акробатического рок-н-ролла в отечественной системе физического воспитания.
2. Характеристика оздоровительного, образовательно-развивающего и прикладного направлений акробатического рок-н-ролла.
3. Теория и методика акробатического рок-н-ролла как учебная дисциплина.
4. Теория и методика акробатического рок-н-ролла как научная дисциплина.

5. Направления научных исследований в акробатическом рок-н-ролле.
6. Характеристика, классификация упражнений акробатического рок-н-ролла.
7. Международная федерация рок-н-ролла.
8. Федерация акробатического рок-н-ролла в России.
9. Характеристика основных упражнений в рок-н-ролле.
10. Характеристика гимнастических стилизованных танцев.
11. Средства музыкальной выразительности и хореографии (музыкальная грамота, хореографические упражнения, разновидности шагов).
12. Акробатические упражнения и их классификация.
13. Основные формы и содержание занятий акробатическим рок-н-роллом.
14. Характеристика истории развития акробатического рок-н-ролла с периода возникновения до настоящего времени.
15. Характеристика упражнений классического экзерсиса.
16. Отличительные особенности акробатического рок-н-ролла от других гимнастических дисциплин.
17. Терминология акробатического рок-н-ролла.
18. Характеристика соревновательных упражнений в акробатическом рок-н-ролле.
19. Основные закономерности и принципы развития физических способностей (ответ проиллюстрировать примерами из акробатического рок-н-ролла).
20. История развития акробатического рок-н-ролла в России.

Примерные вопросы тестирования (меняются и дополняются в зависимости от семестра).

Художественная гимнастика

1. Найдите соответствие между гимнастическим направлением и автором его создавшим:
 - Эстетическая гимнастика, ритмическая гимнастика, танцевальная гимнастика, свободный танец
 - Дельсарт, Далькроз, Демини, Дункан
2. Укажите, характерные признаки первого этапа зарождения художественной гимнастики в Ленинграде с 1917 г. по 1925 г.?
 - Возникновение большого количества ритмопластических студий и школ «женской гимнастики»
 - Разрозненность и противопоставление ритмопластических студий и школ друг другу
 - Создание ассоциации пластических работников
 - Начало процесса подготовки кадров в области художественного движения
 - Открытие Высшей школы художественного движения
3. В каком году была опубликована первая спортивная классификация по художественной гимнастике? (открытый ответ)
4. В каком году введена программа мастеров спорта? (открытый ответ)
5. Укажите, с какого периода советские гимнастки регулярно участвуют в международных соревнованиях, включая Чемпионаты мира?
 - С 1963
 - С 1978
6. В каком году художественная гимнастика вошла в программу летних олимпийских игр?
7. Какие элементы не входят в группу основных средств художественной гимнастики?
 - Равновесия
 - Броски
 - Прыжки
 - Общеразвивающие упражнения
 - Хореографические упражнения
8. Как называются движения с одновременным сгибанием и последующим разгибанием во всех суставах со значительным напряжением мышц?
 - Волна
 - Взмах
 - Пружинные движения
9. К какой группе относятся элементы, которые являются ключевыми для освоения целой категории родственных по структуре движений?
 - Базовые элементы универсального значения
 - Элементы «гимнастической школы»
 - Профилирующие элементы
 - Модальные элементы
10. Как называется группа упражнений, сходных по структуре с соревновательным движением, но выполняемым в облегченных условиях, которые применяют в обучении технике двигательных действий?
 - Подводящие упражнения
 - Подготовительные упражнения

Спортивная гимнастика

1. Что относится к основным разделам подготовки в ИВС?
 - А) Техническая и физическая
 - Б) Физическая и психологическая
 - В) Техническая и психологическая
 - Г) Тактическая и психологическая
2. Основой какого вида подготовки является техника упражнения?

- А) Физической
 - Б) Тактической
 - В) Технической
 - Г) Психологической
3. Какая структура построения упражнения используется при анализе техники исполнения движения?
- А) Четырёхчастная
 - Б) Трёхчастная
 - В) Двухчастная
 - Г) Дробная
4. Допустимые изменения (пределы) кинематических и динамических параметров двигательного действия (упражнения), внутри которых базовая техника не предусматривает (не претерпевает) существенных изменений – это:
- А) Виртуозность техники
 - Б) Изменчивость техники
 - В) Вариативность техники
 - Г) Техническая погрешность
5. Целенаправленный процесс совершенствования физического состояния (ФС) гимнаста/ки средствами и методами других видов спорта, восстановительной медицины, мануальной терапии и спортивного питания – это:
- А) Специальная физическая подготовка
 - Б) Общая физическая подготовка
 - В) Специальная координационная подготовка
 - Г) Общая координационная подготовка
6. Избирательно направленный процесс воспитания и развития значимых для избранного вида спорта психофизических способностей и качеств, адекватное развитие функциональных свойств органов и систем организма, обеспечивающих успешное овладение конкретными упражнениями - это:
- А) Специальная физическая подготовка
 - Б) Общая физическая подготовка
 - В) Специальная координационная подготовка
 - Г) Общая координационная подготовка
7. Способность выполнять упражнение длительное время без существенного снижения качества – это:
- А) Гибкость
 - Б) Специальная выносливость
 - В) Координационные способности
 - Г) Сила
8. Что в себя включает общая координационная подготовка?
- А) Специфические положения тела в ИВС
 - Б) Стартовые (начальные) позы, основные позы в безопорном положении (при наличии безопорного положения), пространственное ощущение тела в различных позах в безопорном положении
 - В) Стартовые (начальные) позы, конечные позы.
 - Г) Подводящие упражнения, упражнения для развития физических качеств, необходимых в ИВС
9. Что является основной целью тренировочно-соревновательной подготовки?
- А) формирование и совершенствование специальных теоретических и практических знаний, умений и навыков выполнения упражнений и, в конечном итоге, соревновательных программ в целом в соответствии с требованиями технического регламента и правил судейства соревнований
 - Б) развитие и совершенствование, умений и навыков выполнения упражнений в ИВС, соревновательных программ в целом в соответствии с требованиями правил судейства соревнований
 - В) достижение высших результатов в условиях тренировочной и соревновательной деятельности в соответствии с требованиями правил судейства соревнований
 - Г) Воспитание универсальных спортсменов, имеющих возможность соревноваться в смежных видах спорта на высоком уровне, развитие и совершенствование, умений и навыков выполнения упражнений в ИВС
10. Методика определения показателей специальной физической подготовленности (СФП) состоит из нескольких разделов, укажите каких (возможно несколько вариантов):
- А) Личные данные
 - Б) Антропометрия
 - В) Первичные данные тестирования (результаты тестов)
 - Г) Ранжирование
 - Д) Структурирование по блокам
 - Е) Определение интегральных показателей (ранг блока, итоговое место)

Акробатический рок-н-ролл

1. Какая дисциплина самая простая в акробатическом рок-н-ролле?
- а) «В класс-микст» мальчики и девочки
 - б) «М класс-микст» мужчины и женщины
 - с) «А класс-микст» юноши и девушки
 - д) «А класс-микст» юниоры и юниорки
2. Каков музыкальный размер музыки для акробатического рок-н-ролла?
- а) 4\4

- b) 2\4
c) 3\4
3. Простые парные танцевальные фигуры исполняются ...?
- a) на поджимах
b) на шагах
c) на хобби-ходе
d) на одном основном ходе
4. Основной шаг – это:
- a) Специфический танцевальный шаг, на базе которого исполняются танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле
b) Специфический танцевальный шаг, на котором исполняется вся соревновательная программа в акробатическом рок-н-ролле
c) Специфический танцевальный шаг, на базе которого исполняются танцевальные дорожки обязательные к исполнению
5. В какой дисциплине разрешено выполнение элементов полетная акробатика?
- a) «А класс-микст» мужчины и женщины
b) «А класс-микст» юниоры и юниорки
c) «М класс-микст» мужчины и женщины
d) «М класс-микст» юниоры и юниорки
6. Способность контролировать исполнение элементарных локомоций при выполнении любого движения во всех его фазах – это...
- a) Точность
b) Координация
c) Синхронность
7. Количество тактов в минуту – это
- a) Музыкальная доля
b) Темп
c) Ритм
8. Сгибание и разгибание коленного сустава маховой ноги по определенной траектории с постановкой ноги на пол называется?
- a) Хоп
b) Кик-степ
c) Кик-бол-ченч
9. Какой частоты должна быть музыка для исполнения рок-н-ролла?
- a) 46-52 удара в минуту
b) 52-58 ударов в минуту
c) 58-64 удара в минуту
10. Допускается ли приземление на пол между элементами в комбинации в дисциплине «М класс микст» мужчины и женщины?
- a) Да
b) Нет
c) Только на элементах вращения
d) Только после выполнения элемента «двойное сальто»

Практическая работа. Составление конспекта фрагмента учебно-тренировочного занятия.

При проведении учебного занятия студент должен предоставить конспект, составленный по шаблону, указанному в Приложении 1.

5.2. Темы письменных работ

Примерная тематика рефератов и презентаций:

- Особенности составления конспекта фрагмента учебно-тренировочного занятия (комплекс СФП).
- Сила (силовые способности). Средства и методы развития силы.
- Быстрота. Средства и методы развития быстроты.
- Ловкость. Средства и методы развития координационных способностей.
- Основные критерии оценки координационных способностей.
- Выносливость. Средства и методы развития выносливости.
- Типы утомления. Общая и специальная выносливость.
- Гибкость. Средства и методы развития гибкости.
- Контроль за показателями развития физических качеств и способностей.
- Характеристики нагрузок: специализированность, координационная сложность, направленность, величина и показатели, используемые для контроля нагрузок, в зависимости от вида спорта.

5.3. Фонд 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 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 или содержательному модулю.

Промежуточная аттестация в 2, 4, 6, 8 семестрах (зачёт) производится по фактически набранным баллам в течение семестра. Зачет по дисциплине выставляется за набор 51 и более баллов по таблице достижений, указанной в Приложении 2 (2, 4, 6 и 8 семестры). Выполнение требований осуществляется за период сентябрь – июнь.

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.

Также в случае недостаточного набора баллов предусмотрено тестирование, либо устный ответ на предоставленные вопросы.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Устный опрос
Тестирование
Практическая работа

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Ловягина А. Е., Ильина Н. Л., Волков Д. Н., Медников С. В., Хвацкая Е. Е.	Психология физической культуры и спорта: учебник и практикум для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.2	Лисицкая Т. С.	Хореография в гимнастике: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
Л1.3	Медведева Е. Н., Терехина Р. Н.	Пути самосовершенствования педагога-тренера на примере гимнастики: Учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л1.4	Фискалов В. Д., Черкашин В. П.	Теоретико-методические аспекты практики спорта: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л1.5	Виноградов П. А., Царик А. В., Окуньков Ю. В.	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) – путь к здоровью и физическому совершенству	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л1.6	Винер-Усманова И. А., Крючек Е. С., Медведева Е. Н., Терехина Р. Н.	Теория и методика художественной гимнастики	Москва: Спорт-Человек, 2014

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.7	Терехин В. С., Медведева Е. Н., Крючек Е. С., Баранов М. Ю.	Теория и методика акробатического рок-н-ролла. Актуальные проблемы подготовки спортсменов	Москва: Спорт-Человек, 2015
Л1.8	Терехина Р. Н., Винер -Усманова И. А., Медведева Е. Н.	Теория и методика художественной гимнастики: подготовка спортивного резерва: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2018
Л1.9	Ландырь А. П., Ачкасов Е. Е., Медведев И. Б.	Тесты с дозируемой физической нагрузкой в спортивной медицине: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2019
Л1.10		Физическая культура студента: учебное пособие для вузов	Самара: СамГУПС, 2018
Л1.11	Дрепелев Р. А., Дрепелева О. П., Кудрякова И. В.	Общая физическая подготовка: Методики развития координационных способностей. Общие положения: методические рекомендации для студентов 1-3 курса, обучающихся на всех специальностях и направлениях подготовки очной формы обучения	пос. Каравая: КГСХА, 2019
Л1.12	Волкова Т. И., Таланцева В. К.	Особенности физического воспитания студентов, отнесенных по состоянию здоровья в группу лечебной физической культуры: учебное пособие	Чебоксары: ЧГАУ, 2019
Л1.13	Таланцева В. К., Суриков А. А., Алтынова Н. В.	Теория и методика развития физических способностей: учебное пособие	Чебоксары: ЧГАУ, 2018
Л1.14	Рыбакова Е. О., Кугушева Т. В.	Теория и методика физической культуры: учебное пособие	Чайковский: ЧГАФКиС, 2018
Л1.15	Анцыперов В. В., Широбакина Е. А., Горячева Н. Л., Трифонов А. Г.	Гимнастика. Теория и методика обучения базовым видам спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений	Волгоград: ВГАФК, 2019
Л1.16	Пармузина Ю. В., Прописнова Е. П., Горбанева Е. П., Пармузина Н. В.	Хореографическая подготовка в техно-эстетических видах спорта: учебно-методическое пособие	Волгоград: ВГАФК, 2019
Л1.17	Терехина Р. Н., Винер -Усманова И. А.	Теория и методика художественной гимнастики: "волны"	Москва: Спорт-Человек, 2020
Л1.18	Матвеев Л. П.	Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания): учебник	Москва: Спорт-Человек, 2021
Л1.19	Радченко Д. Г.	Физическое воспитание студентов в высших учебных заведениях: учебное пособие	Красноярск: СибГУ им. академика М. Ф. Решетнёва, 2020
Л1.20	Миронова Е. А., Дубкова Е. С.	Методы совершенствования физических качеств студента на занятиях по ОФП: учебно-методическое пособие для студентов всех специальностей иуит	Москва: РУТ (МИИТ), 2019
Л1.21	Винер-Усманова И. А., Медведева Е. Н., Супрун А. А.	Теория и методика художественной гимнастики: "равновесия"	Москва: Спорт-Человек, 2021
Л1.22	Имамова Р. М., Житков И. А., Житкова С. Х.	Гимнастическое многоборье	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2021

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.23	Белоцерковский З. Б., Любина Б. Г.	Сердечная деятельность и функциональная подготовленность у спортсменов (норма и атипичные изменения в нормальных и измененных условиях адаптации к физическим нагрузкам): учебное пособие	Санкт-Петербург: Лань, 2022
Л1.24	Илькин А. Н.	Самоконтроль физического состояния организма при занятиях физической культурой и спортом: учебно-методическое пособие	Ульяновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2022
Л1.25	Иваненко А. В., Краснов Е. А., Кабаев И. Е., Кириченко Р. В., Иваненко Т. А.	Физическая культура и спорт: учебное пособие	Санкт-Петербург: СПбГУТ им. М.А. Бонч-Бруевича, 2021
Л1.26	Гриднев В. А., Щигорева Е. В., Голякова Е. В., Лукьянова А. Е., Шибкова В. П.	Развитие двигательных качеств у студентов на занятиях по физической культуре	Тамбов: ТГТУ, 2020
Л1.27	Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П.	Психолого-педагогические особенности подготовки спортсменов к соревновательной деятельности: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2023
Л1.28	Бабушкин Г. Д., Бобровский В. А.	Предсоревновательная подготовка спортсменов высокой квалификации: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2024
Л1.29	Гимазов Р. М.	Теория и методика физической культуры и спорта: обучение двигательным действиям: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2025
Л1.30	Борисова В. В., Руднева Л. В.	Спортивно-танцевальная подготовка: учебно-методическое пособие для студентов очной формы обучения	Тула: ТГПУ, 2022
Л1.31	Ткачук М. Г., Дюсенова А. А.	Физическая культура. Оценка физического развития: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2025
Л1.32	Ботова Л. Н., Вельдяев С. В., Заячук Т. В., Белуженков И. Н., Сабалдаш К. В., Назаренко А. С., Платошкина Е. Е., Зверев А. А.	Методические рекомендации по сопровождению и совершенствованию тренировочного процесса спортсменов, занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки: спортивная гимнастика: методические рекомендации	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2023
Л1.33	Белявский Д. Н.	Формейшн в танцевальном спорте: сущность и особенности: учебно-методическое пособие	Минск: БГУФК, 2015
Л1.34	Оборин А. В., Веселкина Т. Е., Мызников Н. Н., Верховенко Т. О.	Элективные курсы по физической культуре и спорту. Использование упражнений с отягощением для общей физической подготовки: учебно-методическое пособие	Санкт-Петербург: ПГУПС, 2024
Л1.35	Прошляков В. Д., Фалеева Е. И., Трушина Н. И.	Адаптация сердечно-сосудистой системы к регулярным физическим нагрузкам: методические рекомендации для студентов	Рязань: РязГМУ, 2025

6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы

Э1	Национальная электронная библиотека - электронный ресурс - режим доступа: http://newread.rusneb.ru/books/sport/fizpodgotovka-v-hudozhestvennoy-i-esteticheskoy-gimnastike
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 Academic Edition - 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	Сайт ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» [электронный ресурс]. – режим доступа: Http://do.sportacadem.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ».
6.3.2.2	Интернет-ресурсы:
6.3.2.3	Федеральный портал «Российское образование» [электронный ресурс]. – режим Доступа: www.edu.ru .
6.3.2.4	Единое окно доступа к образовательным ресурсам [электронный ресурс]. – Режим доступа: http://window.edu.ru/library .
6.3.2.5	Спортивная Россия. Открытая платформа. [электронный ресурс]. – режим Доступа: https://infosport.ru/ .
6.3.2.6	Научная электронная библиотека eLibrary.ru [электронный ресурс]. – Режим доступа: http://elibrary.ru/ .
6.3.2.7	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы. - http://www.gto.ru/document .

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	Спортивная гимнастика
7.2	Учебная аудитория 314 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.3	Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.4	Тренировочный зал № 1 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.5	Ковер для вольных упражнений SPIETH.
7.6	Прыжковый конь «ERGOJET»
7.7	Мостик гимнастический «Ergotop 5»
7.8	Мостик гимнастический «Ergotop 8»
7.9	Разновысокие брусья «Дортмунд»
7.10	Бревно соревновательное «Барселона»
7.11	Брусья параллельные соревновательные «STUTTGARD»
7.12	Кольца соревновательные «BARCELONA»
7.13	Конь маховый «SPIETH»
7.14	Перекладина соревновательная «STUTTGARD»
7.15	Батут «Висти»
7.16	Стенка гимнастическая шведская (3100*1000)
7.17	Канаты для лазанья 6 м.
7.18	Скамейка гимнастическая.
7.19	Маты
7.20	Художественная гимнастика
7.21	Учебная аудитория 316 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.22	Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.23	Тренировочный зал № 3 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.24	Ковер для художественной гимнастики «SPIETH» 16м.*16м
7.25	Стенка гимнастическая шведская.
7.26	Скамейка гимнастическая.
7.27	Музыкальный центр «LG».
7.28	Зал размерами 23,83*12,02 м.
7.29	Гимнастические мячи, скакалки, обручи, булавы, ленты.
7.30	Гимнастические маты.
7.31	Акробатический рок-н-ролл
7.32	Учебная аудитория 313 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.33	Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету

7.34	Хореографический зал Центр гимнастики, Сыртлановой, 6
7.35	Стенка гимнастическая шведская.
7.36	Скамейка гимнастическая.
7.37	Музыкальный центр «LG».
7.38	Гимнастические маты.

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

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.

Если пропущено практическое занятие, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу, 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.

Требования к оформлению рефератов и презентаций.

Реферат должен включать:

1. Титульный лист (оформляется строго по образцу вуза/кафедры).
2. Оглавление (Содержание) с указанием страниц.
3. Введение.
4. Основная часть (разделенная на 2-3 главы/раздела).
5. Заключение.
6. Список использованных источников (оформленный по ГОСТ Р 7.0.100–2018).
7. Приложения (при необходимости, не входят в основной объем).

Объем реферата не менее 12 страниц.

Требования к презентациям — наглядность, читаемость и информативность

Составление конспекта учебного занятия.

При проведении учебного занятия студент должен предоставить конспект, составленный по форме (пример):

ПЛАН-КОНСПЕКТ ФРАГМЕНТА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

Дата проведения:

Место проведения:

Время проведения:

Задачи занятия:

Инвентарь:

Части занятия	Учебный материал (содержание занятия)	Дозировка	Организационно-методические указания

Требования к дисциплине
Элективные дисциплины по физической культуре и спорту
Выполнение требований осуществляется за период сентябрь – июнь

зачет выставляется за набор 51 и более баллов

семестры	Форма контроля	Соревнования	Культурно-массовые мероприятия
2 семестр	Зачет	Не менее 20 баллов	Не менее 20 баллов
4 семестр	Зачет	Не менее 15 баллов	Не менее 15 баллов
6 семестр	Зачет	Не менее 10 баллов	Не менее 10 баллов
8 семестр	Зачет	Не менее 10 баллов	Не менее 10 баллов

1. Физкультурно-спортивные мероприятия в рамках здоровой среды

Физкультурно-спортивные мероприятия	Результат			
	1 место	2 место	3 место	участие
Выполнение норм ГТО (в рамках 1 здоровой среды)				5
Участие в физкультурно-спортивных мероприятиях в рамках Спартакиады ВУЗа	10	9	8	5
Участие в фестивале ГТО	10	9	8	5
Иные спортивные мероприятия вуза	10	9	8	5
Получение знака отличия ГТО	20 золотой	10 серебряный	5 бронзовый	
Участие во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК (номинации ГТО и полоса препятствий)	50	45	40	15

2. Культурно-массовые мероприятия по внешним запросам или при проведении в вузе мероприятий сторонними организациями

Физкультурно-спортивные мероприятия	уровень			
	городской	региональный	всероссийский	
Участие в мероприятии с показательным номером	5	10	15	
Участие в мероприятии с показательным номером с привлечением воспитанников	5	10	15	
Участие в Студенческой весне	5	15	30	
Участие во Всероссийском Фестивале студентов вузов ФК (спортивный хит-парад)	1 место 50	2 место 45	3 место 40	Участие 15

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



Рабочая программа дисциплины ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА Гимнастика

Закреплена за кафедрой

Кафедра теории и методики гимнастики

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и в акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

Квалификация

Тренер по виду спорта. Преподаватель.

Форма обучения

очная

Общая трудоемкость

6 ЗЕТ

Часов по учебному плану

216

Виды контроля в семестрах:

в том числе:

зачеты 2, 3

аудиторные занятия

100

самостоятельная работа

116

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>. <Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		Итого	
Неделя	18 2/6	20 3/6	18 2/6	20 3/6	18 2/6	20 3/6		
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10					10	10
Практические	22	22	34	34	34	34	90	90
Итого ауд.	32	32	34	34	34	34	100	100
Контактная работа	32	32	34	34	34	34	100	100
Сам. работа	40	40	38	38	38	38	116	116
Итого	72	72	72	72	72	72	216	216

Автор (ы) программы:

Косулина Валентина Викторовна; Шамгуллина Гульшат Равильевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой Ботова Л.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать теоретические знания и практические умения для проведения занятий по физической культуре с разным контингентом, используя средства гимнастики.
1.2	Создать представление о теории и методике формирования двигательных навыков и методологии обучения гимнастическим упражнениям.
1.3	Освоить и совершенствовать технику выполнения гимнастических упражнений на видах многоборья.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.13
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-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	
ОПК-1.4: Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования	
Знать: терминологию и классификацию в гимнастике; содержания и правила оформления плана учебно-тренировочного занятия с использованием средств гимнастики;	
Уметь: решать поставленные задачи занятия, подбирать методику проведения занятий по гимнастике;	
Владеть: планирования занятий по гимнастике	
ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования	
ОПК-3.1: Проводит занятия по физической культуре и спорту	
Знать: основы обучения гимнастическим упражнениям	
Уметь: использовать методы, средства и методические приемы при проведении занятий по гимнастике	
Владеть: проведения фрагмента урока физической культуры с использованием средств гимнастики	
ОПК-3.3: Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом	
Знать: Структура и методика проведения урока физической культуры.	
Уметь: Анализировать проведение урока и выявлять ошибки.	
Владеть: Оперативная коррекция действий занимающихся по ходу урока.	
Адаптация упражнений и нагрузки в реальном времени.	
ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях	
ОПК-5.2: Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту	
Знать: Средства, методы и приёмы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности (гимнастики).	
Организация и методика проведения занятий.	
Содержание и структура урока физической культуры с использованием средств гимнастики.	

Методика обучения общеразвивающим, строевым, прикладным и основным гимнастическим упражнениям.

Основы организации физкультурно-спортивных мероприятий в рамках урока.

Уметь:

Подбирать средства и методы гимнастики для проведения занятий.

Составлять комплексы общеразвивающих упражнений.

Проводить тренировочные занятия с использованием гимнастических средств.

Использовать разные способы проведения упражнений.

Владеть:

Владение методикой проведения занятий на основе гимнастических упражнений.

Практическое проведение занятий по физической культуре с элементами гимнастики.

Организация и проведение спортивных и физкультурных мероприятий.

Применение игр, эстафет и полос препятствий с использованием средств гимнастики.

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:

Причины и способы предупреждения травматизма при использовании средств гимнастики.

Приемы помощи и страховки при обучении гимнастическим упражнениям и правила их применения.

Организационно-методические условия безопасности: требования к инвентарю, подготовке мест занятий, разминке.

Внешние признаки утомления и переутомления занимающихся.

Уметь:

Практически применять приемы помощи и страховки для обеспечения безопасности при выполнении упражнений.

Дозировать нагрузку и корректировать сложность упражнений в зависимости от состояния и уровня подготовленности занимающихся.

Распознавать признаки утомления и вовремя принимать меры для предотвращения переутомления и связанного с ним травматизма.

Владеть:

Навык физической страховки и поддержки обучающегося при выполнении гимнастических упражнений.

Навык безопасной организации пространства и рабочего места при использовании различного гимнастического инвентаря.

Навык формирования у обучающихся установки на соблюдение правил безопасности и дисциплины на занятии.

ОПК-10.2: Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Знание причин и основных способов предупреждения травматизма при использовании гимнастического инвентаря и оборудования.

Знание требований к применению приемов помощи и страховки при обучении гимнастическим упражнениям.

Знание внешних признаков утомления и переутомления занимающихся как фактора риска получения травмы.

Знание методики безопасной организации занятий (последовательность обучения, дозировка нагрузки, подготовка мест занятий).

Уметь:

Умение применять на практике приемы помощи и страховки для минимизации риска травм.

Умение распознавать признаки утомления и своевременно вносить коррективы в нагрузку или содержание занятия.

Умение безопасно организовывать рабочее пространство и размещать занимающихся при выполнении различных гимнастических упражнений.

Умение инструктировать занимающихся по технике безопасности перед началом работы на снарядах или с предметами.

Владеть:

Навык физической страховки и поддержки обучающегося при выполнении упражнений.

Навык контроля за соблюдением правил безопасности со стороны занимающихся в течение всего урока.

Навык предварительной проверки состояния инвентаря и готовности мест занятий.

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:

Основы организации и методики проведения занятий.

Методы организации обучающихся в процессе реализации образовательных программ.

Принципы организации и проведения физкультурно-спортивных мероприятий в рамках урока.

Уметь:

Организовывать деятельность обучающихся во время занятия.

Организовывать учебный процесс с использованием различных методов.

Планировать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия.

Организовывать совместную деятельность занимающихся.

Владеть:

Навык практической организации занятия с четким распределением времени и обязанностей.

Навык управления группой.

Навык адаптации организационных форм работы под конкретные задачи урока и контингент занимающихся.

Опыт организационной работы при проведении занятий и физкультурных мероприятий.

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

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Средства, методы и приёмы базовых видов физкультурно-спортивной деятельности (в т.ч. гимнастики).

Организация и методика проведения тренировочных занятий.

Структура и содержание урока физической культуры с использованием средств гимнастики.

Методика обучения упражнениям: строевым, общеразвивающим, прикладным, вольным, акробатическим, на снарядах.

Основы использования физкультурно-оздоровительных технологий на уроке.

Уметь:

Подбирать средства и методы гимнастики для конкретных задач занятия.

Составлять комплексы общеразвивающих упражнений.

Проводить все части урока с использованием средств гимнастики.

Обучать упражнениям, исправлять ошибки, использовать приёмы страховки.

Использовать различные способы проведения упражнений (поточный, проходной) и методы организации (фронтальный, групповой, индивидуальный).

Владеть:

Владение методикой проведения тренировочных занятий на основе комплексов гимнастических упражнений.

Навык практического проведения урока/занятия от начала до конца с соблюдением временного, содержательного и организационного плана.

Навык демонстрации упражнений и чёткого объяснения техники их выполнения.

Опыт проведения занятий по физической культуре и спорту с различным контингентом.

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

Знать:
Структура, содержание и требования образовательных программ в области физической культуры и спорта для разных учреждений (дошкольных, общеобразовательных).

Основы планирования учебного процесса (перспективное, тематическое, поурочное планирование).

Принципы отбора и систематизации средств гимнастики для достижения конкретных педагогических задач.

Особенности составления программ и планов занятий для разных контингентов занимающихся (по возрасту, уровню подготовки).

Требования к программе по физической культуре в части раздела "Гимнастика" и гимнастического многоборья.

Уметь:
Составлять конспекты и планы-графики уроков/занятий по гимнастике.
Определять цели, задачи, содержание и ожидаемые результаты для каждого этапа реализации программы (урока, цикла занятий).
Отбирать и дозировать средства гимнастики (упражнения, методы, нагрузку) в соответствии с планом.
Прогнозировать и распределять учебный материал во времени (по четвертям, семестрам, учебным годам).

Владеть:
Навык разработки технологической карты или конспекта урока по гимнастике.
Навык составления комплексов упражнений (общеразвивающих, для разминки, для развития конкретных качеств) в рамках плана занятия.
Навык работы с нормативными документами (программами, стандартами) для корректного планирования.
Опыт проектирования фрагментов образовательного процесса (планирование серии занятий, мероприятий).

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

Знать:
Классификация и характеристика средств гимнастики (строевые, общеразвивающие, прикладные упражнения, упражнения на снарядах и т.д.) и их воспитательно-образовательный потенциал.
Методы и методические приёмы обучения гимнастическим упражнениям (способы разучивания, исправления ошибок, организация занятий).

Физкультурно-оздоровительные технологии и возможности их интеграции в урок с использованием средств гимнастики.

Педагогические основы выбора методов и средств в зависимости от задач урока, возраста, подготовленности и медицинской группы занимающихся.

Дидактические принципы (доступности, систематичности, наглядности и др.) и их реализация через средства гимнастики.

Уметь:
Анализировать и сопоставлять эффективность разных средств и методов гимнастики для решения конкретных педагогических задач (обучение, развитие силовых качеств, воспитание координации и т.д.).

Аргументировано выбирать методы обучения (например, целостный или расчленённый) для конкретного гимнастического упражнения.

Обосновывать подбор образовательных технологий (круговой тренировки, игрового метода, соревновательного) в рамках урока.

Корректировать выбор средств и методов по ходу занятия в зависимости от реакции и состояния занимающихся.

Владеть:
Навык разработки технологической карты или конспекта урока по гимнастике.

Навык составления комплексов упражнений (общеразвивающих, для разминки, для развития конкретных качеств) в рамках плана занятия.

Навык работы с нормативными документами (программами, стандартами) для корректного планирования.

Опыт проектирования фрагментов образовательного процесса (планирование серии занятий, мероприятий).

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 семестр 1						
1.1	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания /Тема/	1	0				
1.2	Гимнастика как спортивно-педагогическая дисциплина в системе физического воспитания. Введение в предмет. Цель и задачи курса. Организация занятий со студентами. Содержание программного материала. Определение понятия «Гимнастика», ее цели, задачи и средства. Виды гимнастики. Образовательно-развивающие виды гимнастики. Основная гимнастика. Женская гимнастика. Оздоровительные виды гимнастики. Гигиеническая, ритмическая, лечебная гимнастика. Спортивная гимнастика. Характеристика спортивных видов гимнастики. Тенденция развития спортивных видов гимнастики. Характеристика содержания спортивных видов гимнастики. /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-14.1-31	Л1.6Л2.7		

1.3	Средства гимнастикиСтроевые упражнения и приемы(Команды, методика обучения ипроведения). Общеразвивающие упражнения (безпредметов, с гимнастической палкой, набивным мячом, с использованием гимнастической стенки, гимнастической скамейки, в парах, вцеплении). (Особенности подбора, методика обучения, проведение). Способы проведения общеразвивающих упражнений (поточный и проходной). Прикладные упражнения: равновесия, лазания, ползания, переноска грузов и др. (Особенности использования на уроках физической культуры, проведения и обучения). Вольные упражнения под музыкальное сопровождение. (Разучивание и выполнение, конструирование и методика обучения). Упражнения художественной гимнастики. Прыжки. Акробатические упражнения. Упражнения на видах гимнастического многоборья. (Демонстрация, разновидности, особенности использования на уроках физической культуры, методика обучения) Игры, эстафеты, полосы препятствий, упражнения, организованных круговым методом с использованием средств гимнастики (Особенности использования на уроках физической культуры, проведение). Организация и методика обучения упражнениям на видах многоборья, представленных в программе по физической культуре. Разучивание упражнений III разряда категории «Б». Выступление на соревнованиях по программе III разряда категории «Б». /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-31 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-31 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-В1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1	Л1.1Л1.2Л2.9		
1.4	Гимнастическая терминологияЗначение терминологии и ее сущность для различных сфер общественной жизни. Определение гимнастической жизни. Определение гимнастической терминологии. Требования к образованию терминов (доступность, точность, краткость). Способы образования терминов. Правила использования терминов. Термины ОРУ и вольных упражнений, упражнения на снарядах, акробатических упражнений. Правила и формы записи упражнений. /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31	Л1.8Л2.9		

1.5	Урок физической культуры с использованием средств гимнастики Структура и организация урока. Формы занятий гимнастикой. Общие методические положения. Основные средства гимнастики. Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения. Схема построения комплекса ОРУ. Способы обучения ОРУ. Методика проведения ОРУ. Методика обучения, страховка и помощь. Профилактика травм на занятиях и в различных видах упражнений. /Лек/	1	2	ОПК-1.4-У1 ОПК-3.1-31 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-31 ОПК-3.3-У1	Л1.3Л1.4Л2.3		
1.6	Обеспечение безопасности в процессе проведения занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики. Предупреждение травматизма при использовании средств гимнастики (Знание причин травматизма и способов предупреждения). Приемы помощи и страховки, их применение при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики (Знание и практическое применение приемов помощи при обучении гимнастическим упражнениям). Особенности занятий гимнастикой с учащимися основной, подготовительной и специальной медицинской групп. Внешние признаки утомления и переутомления занимающихся. /Лек/	1	2	ОПК-3.3-У1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1			
1.7	Места занятий и их оборудование. Гимнастические залы. Гимнастические площадки. Правила эксплуатационных залов и гимнастического оборудования, устанавливаемого в залах.	1	2	ПК-1.2-31	Л1.6Л2.7		
1.8	Строевые приемы. Построение, перестроения, передвижения, размыкание и смыкание. Переходы со шпата в движении на шпата на месте с шагом на месте на шаг. Переход шага на бег и с бега на шаг. Остановка группы. Движение в обход, под диагонали. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по три (четыре и т.д.). Повороты в движении. /Пр/	1	8	ПК-1.2-31	Л1.5Л1.9Л2.8		
1.9	Профилактика травм на занятиях и в различных видах упражнений. Организация врачебного контроля и самоконтроля. Ознакомление с правилами поведения в гимнастическом зале и с «Инструкцией по мерам безопасности на занятиях». /Пр/	1	2	ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.2-31 ПК-1.2-У1	Л1.1Л1.2Л2.2		
1.10	Термины ОРУ и вольных упражнений, упражнения на снарядах, акробатических упражнениях. Правила и формы записи упражнений.	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-3.1-У1	Л1.1Л2.6		

1.11	1 ТЕМА: ВВЕДЕНИЕ В ПРЕДМЕТ 1. Дать определение понятию «Гимнастика». 2. Задачи гимнастики. 3. Средства гимнастики. 4. Что такое строевые упражнения, воспитанию каких качеств они содействуют. 5. С какой целью применяются ОРУ и какое воздействие они оказывают на организм занимающихся. 6. Перечислить прикладные упражнения. 7. Основное назначение упражнений на снарядах. 8. Перечислить методические особенности гимнастики. 9. Перечислить виды гимнастики. 10. Перечислить общеразвивающие виды гимнастики. 11. Перечислить спортивные виды гимнастики. 12. Перечислить оздоровительные виды гимнастики. 13. Перечислить пластико-ритмические виды гимнастики. 14. Перечислить спортивно-атлетические виды гимнастики. 15. Перечислить культовые виды гимнастики. /Ср/	1	20	ОПК-1.4-31 ОПК-3.3-31 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1			
1.12	ГИМНАСТИЧЕСКАЯ ТЕРМИНОЛОГИЯ 1. Значение терминологии. 2. Что такое гимнастическая терминология. 3. Что нужно понимать под термином. 4. Требования, предъявляемые к терминологии. 5. Способы образования терминов. 6. На какие группы делятся термины. 7. В каких случаях допускается сокращение терминов: «спереди», «вперед», «туловище», «нога», «поднять», «опустить». 8. В каких случаях допускается сокращение терминов: «ладонь внутрь», «ладони книзу», «дуга вперед», «исходное положение». /Ср/	1	20	ОПК-1.4-31 ОПК-5.2-У1			
	Раздел 2. Раздел 2 семестр 2						
2.1	Основные средства гимнастики и методика обучения упражнениям. /Тема/	2	0				

2.2	Основные способы проведения ОРУ. Поднимание и опускание рук, сгибание, разгибание рук: круговые, маховые и рывковые движения руками; наклоны головы и туловища вперёд, в стороны, назад, повороты туловища направо, налево, вращательные движения, сгибание и разгибание; поднимание и опускание ног вперёд, в сторону, назад; круговые движения; взмахи ногами: вперёд, в сторону, назад. Сочетание движений: выпад с движениями рук и наклоном туловища, приседание с наклоном вперёд, сгибание рук в упор лёжа с движением ног назад; упражнения для правильной осанки. /Пр/	2	16	ОПК-1.4-31 ОПК-5.2-31 ПК-1.2-У1	Л1.10Л2.4		
2.3	Базовые упражнения на гимнастических снарядах мужского и женского многоборья. /Пр/	2	18	ОПК-5.2-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-У1	Л1.7Л2.5		

2.4	ТЕРМИНЫ ОРУ И ВОЛЬНЫХУПРАЖНЕНИЙ 9. Перечислить основныеплоскости, в которых выполняютсядвижения и где каждая из них проходит. 10. Перечислить промежуточныеплоскости, в которых выполняютсядвижения и где каждая из нихрасположена. 11. Дать определение основнойстойке и что характерно для стойкиноги врозь. 12. Какими признакамихарактеризуется строевая (основная)стойка и в каких случаях ее должныпринимать занимающиеся. 13. Дать определение широкой иузкой стойке ноги врозь. 14. Дать определение стойкеноги врозь правой и скрестно правой. 15. Дать определение сомкнутойстойке и стойке на коленях. 16. Дать определение седу иполуприседу. 17. Дать определение выпаду инаклону. 18. Дать определение упору лежаи упору сзади. 19. Дать определение упорубоком и упору лежа на бедрах. 20. Дать определение упору наколенях и упору присев. 21. Дать определение седу, седууглом, седу с захватом. 22. По отношению к чемууказывается положение конечностей идвижения ими. 23. Перечислить положениепрямых рук в лицевой плоскости. 24. Перечислить положениепрямых рук в боковой плоскости. 25. Перечислить основныеположения с согнутыми руками. 26. Перечислить основныеположения с согнутыми ногами. 27. Что такое равновесие. Указать не менее трех разновидностей /Ср/	2	19	ОПК-1.4-31 ОПК-3.1-31	Л1.7Л2.7		

2.5	ТЕРМИНЫ УПРАЖНЕНИЙ НАСНАРЯДАХ 1. Дать определение хвату и какие хваты применяются. 2. Дать определение вису и какие висы различают. 3. Дать определение упору и какие упоры различают. 4. Дать определение подъему и спад. 5. Дать определение опусканию, обороту и повороту. 6. Дать определение маху и размахиванию. 7. Дать определение маху дугой, выкруту и соскоку ТЕРМИНЫ АКРОБАТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ 1. Что такое перекат, перечислить его разновидности. 2. Что такое группировка. Перечислить ее разновидности. 3. Дать определение кувырку, перечислить его разновидности. 4. Дать определение перевороту, перечислить его разновидности. 5. Дать определение перевороту назад, рондату и курбету. 6. Дать определение подъему разгибом и сальто. 7. Дать определение шпагату и полушпагату. /Ср/	2	19	ОПК-5.2-31 ПК-1.2-31			
	Раздел 3. Раздел 3 семестр 3						
3.1	Урок физической культуры с использованием средств гимнастики /Тема/	3	0				
3.2	Структура и организация урока. Формы занятий гимнастикой. Урочные формы занятий гимнастикой. Общие методические положения. Методика проведения отдельных частей урока. /Пр/	3	30	ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-31 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1 ПК-1.3-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31			

3.3	ТЕМА: ПРАВИЛА И ФОРМЫ ЗАПИСИ УПРАЖНЕНИЙ 1. Что надо указывать при записи отдельного общеразвивающего упражнения. 2. Какой существует порядок записи нескольких движений, выполняемых различными частями тела одновременно. 3. В какой последовательности записываются несколько движений, выполняемых неодновременно 4. Назначение запятой, союза «и», предлога «с» при записи упражнений. 5. Какой последовательности необходимо придерживаться при записи вольных упражнений. 6. Что и в какой последовательности необходимо указывать при записи упражнений на снарядах. 7. Перечислить основные формы записи гимнастических упражнений. 8. В каких случаях пользуются обобщенной записью гимнастических упражнений /Ср/	3	21	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-3.1-31 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.3-31 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1 ПК-1.3-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-В1	Л1.6Л2.1		

3.4	Написание конспект урока. Конспект урока записывается вследующем порядке: - заглавная часть, в которой указывается вид урока, задачи, дата, время, инвентарь; - текстовая часть, где в необходимом порядке, с соблюдением принятой терминологии, указываются материал, дозировка, организационно-методические указания; - план игрового поля или другие рисунки (при необходимости). Текстовая часть конспекта заполняется по трем графам. В первой графе – «части урока и их содержание» записывается: - название соответствующей части; - упражнения (и.п., последовательность движений, конечное положение); - все действия учащихся; - игры и эстафеты (краткое описание, при необходимости рисуется схема или урок эстафеты, игры); - задания на дом. Запись упражнений должна быть достаточно полной и в той же последовательности, которая необходима для решения задач урока. Описание ОРУ в конспекте можно записать графической записью. Во второй графе «Дозировка» необходимо указать, сколько раз выполняется упражнение или какова его длительность; - продолжительность выполнения (в секундах, минутах); - вес отягощений, - метраж, - комбинированная запись, например: 3х80; 2 подхода по 20 раз (2х20). В третьей графе «Организационно-методические указания» записываются следующие сведения: - методы и методические приемы обучения и воспитания; - приемы регулирования нагрузки; - управление классом и приемы активизации группы; - способы выполнения заданий; - методы организации учащихся при выполнении заданий; - методы организации учащихся при выполнении заданий; - типичные ошибки и способы их исправления; - оценка деятельности занимающихся. Проверка выполнения индивидуального задания; - обеспечение безопасности на занятиях - и другие указания.	3	21	ПК-1.2- У1 ПК-1.3- У1 ПК-1.3- В1			

	В конце план-конспекта составляется оценочная таблица видов деятельности учащихся для определения итоговой (дифференцированной) оценки, указывается список использованной литературы, отводится место для замечаний по уроку и ставится подпись учителя ФК. /Ср/						

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

- Правила поведения занимающихся в зале. Меры профилактики травматизма до занятий и соревнований.
- Что надо указывать при записи отдельного общеразвивающего упражнения.
- Перечислить основные формы записи гимнастических упражнений.
- Основное назначение упражнений на снарядах.
- Что такое равновесие. Указать не менее трех разновидностей.
- Значение терминологии. Требования, предъявляемые к терминам.
- На какие части подразделяется команда и как они подаются.
- Перечислить оздоровительные виды гимнастики.
- Перечислить виды прикладных упражнений.
- Команда для построения в шеренгу и где выстраивается группа, то же в колонну по одному. На какие части подразделяются команды.
- При каких условиях мышцы лучше всего растягиваются.
- Что нужно понимать под термином. Способы образования терминов.
- Что такое «змейка», по какому признаку определяется ее величина, команда для движения «змейкой».
- Сущность метода активных действий для воспитания гибкости и какие требования при этом нужно соблюдать.
- Какими путями можно повысить интенсивность мышечных упражнений при выполнении ОРУ.
- Дать определение понятию «Гимнастика».
- Дать определение седу, седу углом, седу с захватом.
- Какими признаками характеризуется строевая (основная) стойка и в каких случаях ее должны принимать занимающиеся.
- Перечислить методы развития силы с помощью ОРУ.
- Перечислить культовые виды гимнастики.
- Основные причины травматизма в гимнастике. Меры профилактики.
- Что и в какой последовательности необходимо указывать при записи упражнений на снарядах.
- Задачи гимнастики. Средства гимнастики.
- Дать определение перевороту, перечислить его разновидности.
- Как должен поступить тренер, если его ученик жалуется на усталость или недомогание.
- Перечислить спортивно-атлетические виды гимнастики.
- Что называется ОРУ. По отношению к чему указывается положение и движение конечностями.
- Дать определение кувырку, перечислить его разновидности.
- В каких случаях допускается сокращение терминов «спереди», «вперед», «туловище», «нога», «поднять», «опустить».
- Назначение ОРУ. Перечислить способы обучения ОРУ.
- С какой целью применяются ОРУ и какое воздействие они оказывают на организм занимающихся. Перечислить условия для формирования правильной осанки
- Перечислить основные положения с согнутыми руками.
- В чем состоит смысл развития силы комбинированным методом, какова продолжительность паузы после каждой серии и сколько раз повторяются все серии.
- Перечислить основные плоскости, в которых выполняются движения и где каждая из них проходит.
- Особенности ОРУ. Что нужно учитывать при составлении комплексов ОРУ
- Перечислить методы развития гибкости ОРУ.
- Какие разновидности физической помощи как средства предупреждения травм должны применяться при изучении гимнастических упражнений. Что должен знать и уметь страхующий.
- Какова схема составления комплекса ОРУ. С какими предметами могут выполняться ОРУ.
- Перечислить положения прямых рук в лицевой плоскости, в боковой плоскости.
- Перечислить образовательно-развивающие виды гимнастики.
- Перечислить признаки, по которым тренер может судить о переутомлении гимнаста в процессе занятий.
- Перечислить спортивные виды гимнастики.
- Дать определение подъему и спад.
- Что такое строевые упражнения, развитию каких качеств они содействуют. Какие команды относятся к строевым приемам.
- Перечислить методические особенности гимнастики.
- Перечислить виды гимнастики.

47. Какой признак положен в основу классификации ОРУ, перечислить упражнения, входящие в эту классификацию.
48. Команды для перестроения из колонны по одному в колонну по два (четыре, восемь) дроблением и обратнорасхождением и сведением.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

Тестовые задания:

Выберите правильный вариант ответа

1 Как определяются условные точки зала?

- а) По расположению окон
- б) По длине зала
- в) Стоя спиной ко входу в зал
- г) По расположению центра зала

2 Как определяются фланги в строю?

- а) По отношению к преподавателю
- б) По отношению к залу
- в) По отношению к строю
- г) В зависимости от роста занимающихся

3 Какие команды подаются для перестроения из одной шеренги в три?

- а) По три рассчитайсь! В три шеренги – стройся!
- б) На первый, второй, третий рассчитайсь! Третьи вперед, вторые – на месте, первые назад – стройся!
- в) По три рассчитайсь! В три шеренги – становись!
- г) На первый, второй, третий рассчитайсь! В шеренгу по три – стройся!

4 Вам нужно перевести занимающихся с бега на шаг, какую команду необходимо подать?

- а) Шагом – марш! б) Перейти на шаг! в) Ша-гом!
- г) Без задания марш!

5 Какая команда подается для размыкания в шеренге приставными шагами?

- а) Влево (вправо, от середины) приставными шагами на 2 шага – разомкнись!
- б) Влево (вправо, от середины) на вытянутые руки – разомкнись!
- в) Влево (вправо, от середины) приставными шагами на 2 шага – разойдись!
- г) На дистанцию и интервал 2 шага приставными шагами – разомкнись!

6 Как называется это положение?

- а) Упор присев, руки на пояс б) Сед, руки на пояс
- в) Сед на пятках, руки на пояс г) Сед на коленях, руки на пояс

7 Как называется это положение?

- а) Упор сидя сзади ноги врозь
- б) Упор сидя сзади ноги в стороны в) Упор сзади ноги врозь
- г) Сед ноги врозь руки назад

8 Как называется это движение?

- а) Дугами в стороны руки вниз
- б) Через стороны руки вниз
- в) Дугами наружу руки вниз
- г) Опускание рук через стороны вниз

9 Выберите неправильный вариант описания положения?

- а) Стойка ноги врозь, руки на пояс
- б) Основная стойка, руки на пояс
- в) Стойка, руки на пояс
- г) Сед на пятках, руки на пояс

10 В каком названии положения указано лишнее слово?

- а) Упор лежа, правая нога назад
- б) Упор стоя согнувшись
- в) Широкая стойка ноги врозь, поворот туловища направо, руки на пояс
- г) Стойка ноги врозь, наклон назад, руки в стороны

11 В каком названии положения указано лишнее слово? а) Упор лежа спереди

- б) Упор лежа сзади
- в) Упор сидя сзади углом
- г) Упор присев на левой, правая в сторону на носок

12 В каком случае соблюдена правильная последовательность в описании положения:

- а) Правая рука за голову, левая рука в сторону, стойка на носках, поворот головы налево
- б) Стойка на носках, поворот головы налево, правая рука за голову, левая рука в сторону
- в) Правая рука за голову, левая рука в сторону, поворот головы налево, стойка на носках
- г) Стойка на носках, правая рука за голову, левая рука в сторону, поворот головы налево

13 В каком случае соблюдена правильная последовательность в описании положения:

- а) Выпад правой, руки вправо, поворот туловища направо, поворот головы направо
- б) Поворот туловища и головы направо, руки вправо, выпад правой
- в) Поворот головы направо, выпад правой, руки вправо, поворот туловища направо
- г) Выпад правой, поворот туловища направо, руки вправо, поворот головы направо

14 В каком названии положения указано лишнее слово?

- а) Стойка ноги врозь, наклон вперед прогнувшись, руки в стороны
- б) Широкая стойка ноги врозь, наклон влево, руки на пояс
- в) Широкая стойка ноги врозь, поворот туловища направо, руки на пояс
- г) Стойка ноги врозь, наклон назад прогнувшись, руки в стороны

15 Из каких частей состоит любая команда?

- а) Подготовительной и заключительной
- б) Предварительной и основной
- в) Предварительной, паузы и исполнительной
- г) Подготовительной, паузы и исполнительной

16 Какая команда подается для начала следующего упражнения, если занимающиеся стоят в и.п.- стойка ноги врозь, руки на пояс:

1 – наклон влево, руки за голову

2 – и.п.

3 – 4 – то же в другую сторону

- а) Упражнение делать начинай!
- б) Упражнение начи-най!
- в) Упражнение выполним в левую сторону. Упражнение начи-най!
- г) Упражнение влево начи-най!

17 Какой из перечисленных вариантов соответствует методу обучения ОРУ синхронным способом?

- а) Название положения (движения) - «делай раз», название положения (движения) – «делай два»...
- б) «Раз» - показ положения (движения), «два» - показ положения (движения)... в) «На раз» – словесное описание положения (движения), «на два» – словесное описание положения (движения)...
- г) «На раз» – словесное описание с одновременным показом положения (движения), «на два» – словесное описание с одновременным показом положения (движения)...

18 Общеразвивающее упражнение выполняется из и.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Какую команду нужно подать для принятия исходного положения?

- а) Исходное положение принять!
- б) Исходную стойку принять!
- в) Исходное положение прыжком принять!
- г) Стойку ноги врозь принять!

19 Если ОРУ на 4 счета, когда необходимо подать команду «СТОЙ» для окончания выполнения упражнения?

- а) Вместо любого счета (...раз-два-стой)
- б) Вместо первого счета (...раз-два-три-четыре-стой) в) Вместо четвертого счета (...раз-два-три-стой)
- г) Когда преподаватель сочтет нужным

20 Какие требования предъявляются к гимнастическим терминам?

- а) Доступность, точность, образность
- б) Краткость, точность, наглядность
- в) Краткость, точность, доступность
- г) Точность, доступность, последовательность

21 Какого вида графической записи гимнастических упражнений не существует?

- а) Линейный
- б) Объемной
- в) Контурной
- г) Полуконтурной

22 Какие термины относятся к дополнительным?

- а) Стоя, сидя, присев, согнувшись
- б) Стойка, вис, упор, выпад
- в) Подъем, наклон, поворот
- г) Переворот, сальто, оборот

23 Какие термины относятся к основным?

- а) Стойка, вис, упор, наклон, подъем
- б) Вперед, вправо, влево, наружу, внутрь
- в) Разгибом, махом, силой, переворотом, толчком
- г) На животе, на спине, на лопатках, на предплечьях

24 Какое утверждение является неверным?

Дополнительные термины служат для уточнения информации:

- а) о способе выполнения двигательного действия
- б) о направлении движения
- в) об условиях опоры
- г) о принадлежности к той или иной группе упражнений

25 На какие группы можно разделить задачи, которые решаются на уроках гимнастики:

- а) Образовательные, оздоровительные, задачи по развитию качеств, воспитательные
- б) Оздоровительные, подготовительные, воспитательные, формирующие
- в) Оздоровительные, формирующие, образовательные, развивающие
- г) Вработывающие, образовательные, воспитательные, задачи по развитию качеств

26 К средствам заключительной части урока гимнастики относятся:

- а) Упражнения на видах гимнастического многоборья, игры и эстафеты для развития координационных и кондиционных способностей
- б) Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения
- в) Общеразвивающие упражнения на гибкость, на расслабление, на дыхание, игровые задания на внимание и танцевальные упражнения низкой интенсивности
- г) Строевые упражнения, прикладные упражнения, подвижные игры, эстафеты
- 27 Какая из задач соответствует образовательной?
- а) Развивать динамическую силу мышц рук и брюшного пресса для выполнения гимнастических упражнений
- б) Совершенствовать выполнение прыжка согнув ноги через коня в ширину
- в) Воспитывать бережное отношение к гимнастическому инвентарю и оборудованию г) Формировать правильную осанку
- 28 Что указывается в конспекте урока в графе средства?
- а) Упражнения, виды построений, содержание игры
- б) Упражнения и указания к их выполнению
- в) Цель выполнения упражнений и заданий
- г) Упражнения, необходимый для их выполнения инвентарь и команды, сопровождающие их выполнение
- 29 Какая из задач соответствует оздоровительной?
- а) Развивать динамическую силу мышц рук и брюшного пресса для выполнения гимнастических упражнений
- б) Совершенствовать выполнение прыжка согнув ноги через коня в ширину
- в) Воспитывать бережное отношение к гимнастическому инвентарю и оборудованию
- г) Формировать правильную осанку
- 30 Основным предназначением подготовительной части урока является:
- а) Подготовка занимающихся к успешному решению задач основной части урока
- б) Обучение, воспитание, оздоровление
- в) Деление занимающихся на группы по полу и уровню подготовленности
- г) Снижение физической и психологической нагрузки
- 31 Укажите этапы обучения гимнастическому упражнению:
- а) Этап разучивания техники выполнения упражнения, этап совершенствования техники выполнения упражнения
- б) Этап предварительного разучивания, основной этап, этап закрепления
- в) Подготовительный этап, основной этап, заключительный этап
- г) Этап начального разучивания, этап углубленного разучивания, этап закрепления и совершенствования
- 32 Какие ошибки относятся к грубым?
- а) Те, которые делают большинство занимающихся
- б) Ошибки в основе техники двигательного действия
- в) Ошибки в деталях техники двигательного действия (скорости, амплитуде и т.п.)
- г) Любые ошибки, которые возникают с самого начала разучивания двигательного действия
- 33 В какой последовательности требуется исправлять ошибки?
- а) Сначала значительные (в деталях техники), затем грубые (в основе техники)
- б) Сначала грубые (в основе техники), затем значительные (в деталях техники)
- в) Последовательность не имеет значения
- г) Лучше исправлять все ошибки одновременно
- 34 Этап закрепления и совершенствования при обучении гимнастического упражнения направлен
- а) на создание зрительного представления об изучаемом упражнении
- б) на овладение деталями техники, технически правильное и самостоятельное выполнение упражнения
- в) на стабилизацию техники и совершенствование выполнения изучаемого упражнения, доведение выполнения до уровня прочного и стабильного навыка
- г) на создание общего представления об изучаемом упражнении, овладение основами техники упражнения
- 35 Этап начального разучивания гимнастического упражнения направлен а) на создание зрительного представления об изучаемом упражнении
- б) на овладение деталями техники, технически правильное и самостоятельное выполнение упражнения
- в) на стабилизацию техники и совершенствование выполнения изучаемого упражнения, доведение выполнения до уровня прочного и стабильного навыка
- г) на создание общего представления об изучаемом упражнении, овладение основами техники упражнения

5.4. Перечень видов оценочных средств

Практическая работа
Тестовые задания

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

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Загревский О. И., Шерин В. С.	Основы терминологии гимнастических упражнений: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2013
Л1.2	Каткова А. М., Храмцова А. И.	Справочник по гимнастической терминологии строевых и общеразвивающих упражнений: учебно-методическое пособие	Москва: МПГУ, 2016
Л1.3	Поздеева Е. А., Алаева Л. С.	Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения	Омск: СибГУФК, 2017
Л1.4	Соколовский Р. В., Соколовская Л. В.	Общеразвивающие упражнения на занятиях гимнастики: учебно-методическое пособие	Сургут: СурГПУ, 2013
Л1.5	Р. Шамгуллина Г., В. Заячук Т., А. Лопатин Л.	Строевые и общеразвивающие упражнения: учебно- методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2018
Л1.6	Анцыперов В. В., Широбакина Е. А., Горячева Н. Л., Трифонов А. Г.	Гимнастика. Теория и методика обучения базовым видам спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений	Волгоград: ВГАФК, 2019
Л1.7	Имамова Р. М., Житков И. А., Житкова С. Х.	Гимнастическое многоборье	Уфа: БГПУ имени М. Акмуллы, 2021
Л1.8	Чепakov Е. М.	Базовые профессионально-педагогические умения специалистов по физической культуре и спорту: учебно-методическое пособие	Санкт-Петербург: РГПУ им. А. И. Герцена, 2021
Л1.9	Черенкова Е. С., Горобий А. Ю., Татаринцева И. А., Богачева Е. В., Акулова А. И.	Терминология строевых и общеразвивающих упражнений: учебно-методическое пособие для студентов профильного обучения физической культуры и спорта	Воронеж: ВГАС, 2023
Л1.10	Тумасян Ю. А., Васильковская Ю. А., Мукминова Г. Р., Максименко В. Г., Тумасян Ю. А., Васильковская Ю. А., Мукминова Г. Р., Максименко В. Г.	Обучение общеразвивающим упражнениям с предметами для младшего и среднего школьного возраста: учебно- методическое пособие для студентов направления подготовки 49.03.01 «физическая культура», профиль подготовки «спортивная тренировка», квалификация выпускника-бакалавр, форма обучения: офо, зфо	Сочи: СГУ, 2024

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Алаева Л. С., Клецов К. Г., Зябрева Т. И.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения: учебное пособие	Омск: СибГУФК, 2017
Л2.2	Горячева Н. Л., Анцыперов В. В., Трифонов А. Г.	Терминология акробатических упражнений	Волгоград: ВГАФК, 2015
Л2.3	Лебедихина Т. М.	Гимнастика: теория и методика преподавания: учебное пособие	Екатеринбург: УрФУ, 2017
Л2.4	Власова О. П., Коричко Ю. В., Давыдова С. А., Галеев А. Р.	Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами, методика их проведения: учебное пособие	Нижегород: НВГУ, 2019
Л2.5	Михалина Г. М., Игонова Е. С.	Начальная спортивная подготовка средствами гимнастики: учеб. пособие для студентов вузов физической культуры и спорта	Москва: Спорт-Человек, 2022

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.6	Люлина Н. В., Ветрова И. В., Шевчук Ю. В.	Гимнастическая терминология: учебно-методическое пособие	Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2023
Л2.7	Терентьева О. С., Попов Р. Ю., Богданов М. Ю., Сысоев А. Н.	Основы обучения спортивной гимнастике в школе	Тамбов: ТГУ им. Г.Р. Державина, 2023
Л2.8	Загrevский О. И., Загrevская А. И.	Гимнастика в 1–4-х классах. (методические рекомендации для студентов, преподавателей, учителей физической культуры)	Томск: ТГУ, 2009
Л2.9	Загrevский О. И., Шерин В. С.	Основы терминологии гимнастических упражнений: учебное пособие	Томск: ТГУ, 2013

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 «Поволжская ГАФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/
6.3.1.3	(регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»).
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 OLP NL 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).
6.3.1.11	
6.3.1.12	

6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

6.3.2.1	1. ЭБС Лань : сайт. – Санкт-Петербург, 2017 – . – URL: https://e.lanbook.com/book (дата обращения:
6.3.2.2	28.08.2019). – 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:
6.3.2.4	электронный
6.3.2.5	3. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . URL: https://elibrary.ru (дата
6.3.2.6	обращения 28.08.2019). – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. – Текст: электронный.
6.3.2.7	4. Поволжский университет физической культуры, спорта и туризма : сайт. – URL: https://unifirst.ru/ (дата
6.3.2.8	обращения 28.08.2024). – Текст электронный.

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	1. Аудитория для проведения занятий.
7.2	2. Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven(2x25 Вт), доступ к Интернету.
7.3	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
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 читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам.
7.6	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.7	
7.8	

7.9	Аудитории № 313, 315 ЦГ
7.10	Доска д/информации магнитно маркерная 100*200 6305884 HEBEL Германия
7.11	Компьютер ICL RAY, проектор Casio,
7.12	экран для проектора, акустическая система активная, доступ к Интернету
7.13	
7.14	Аудитория № 316 ЦГ
7.15	Центр гимнастики 1. Принтер WorkCentre 3210-2шт
7.16	2. Принтер Phaser 3320
7.17	3. Монитор ViewSonic – 6шт
7.18	4. Кейс ПК RAY SI22.3 и комплектующие (клавиатура, мышь) – 6 комплектов
7.19	Аудитория № 318 ЦГ Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.20	
7.21	
7.22	Зал спортивной гимнастики Зал размерами 48,4*35,91м.
7.23	оборудован:
7.24	1. Ковер для вольных упражнений SPIETH. 2. Прыжковый конь «ERGOJET»
7.25	3. Мостик гимнастический «Ergotop 5»
7.26	4. Мостик гимнастический «Ergotop 8»
7.27	5. Разновысокие брусья «Дортмунд»
7.28	6. Бревно соревновательное «Барселона»
7.29	7. Брусья параллельные соревновательные «STUTTGARD»
7.30	8. Кольца соревновательные «BARCELONA»
7.31	9. Конь маховый «SPIETH» 10. Перекладина соревновательная «STUTTGARD»
7.32	11. Батут «Висти»
7.33	12. Стенка гимнастическая шведская (3100*1000)
7.34	13. Канаты для лазанья 6 м. 14. Скамейка гимнастическая, 15. Маты
7.35	Тренировочный зал Зал размерами 48,4*17,5 м оборудован:
7.36	1. Ковер для художественной гимнастики «SPIETH» 16м.*16м
7.37	2. Стенка гимнастическая шведская
7.38	3. Скамейка гимнастическая, 4. Музыкальный центр «LG»
7.39	Хореографический зал Зал размерами 23,83*12,02 м
7.40	оборудованный зеркалами и: 1. Станок хореографический двойной переносной «SPIETH»
7.41	2. Степ-платформа
7.42	3. Гантели
7.43	4. Акустическая система,
7.44	5. Телевизор 50* LG.
7.45	6. Скамейка гимнастическая
7.46	
7.47	
7.48	

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

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. 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.

2. 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 или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме экзамена/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 тестирования .

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

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



Рабочая программа дисциплины ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА Легкая атлетика

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики легкой атлетики и гребных видов спорта им. Г.В.Цыганова		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	6 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	216	Виды контроля в семестрах: зачеты 2, 3	
в том числе:			
аудиторные занятия	96		
самостоятельная работа	120		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6		18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10					10	10
Практические	22	22	34	34	34	34	90	90
Итого ауд.	32	32	34	34	34	34	100	100
Контактная работа	32	32	34	34	34	34	100	100
Сам. работа	40	40	38	38	38	38	116	116
Итого	72	72	72	72	72	72	216	216

Автор (ы) программы:

Ст. преп., Валиуллин Ринап Маратович; к.п.н. Доц., Шатунов Дмитрий Александрович; Доц., Емельянов Василий Дмитриевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 27.06.2025 г. № 12

Зав. кафедрой Павлов С.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Цель освоения дисциплины - приобретение профильных ЗУНов в области планирования содержания и организации в тренерской деятельности

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.13
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	Учебная практика: педагогическая	
2.2.2	Производственная практика: педагогическая	
2.2.3	Производственная практика: тренерская	
2.2.4	Учебная практика: тренерская	
2.2.5	Функциональная подготовка в легкой атлетике	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:

- Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы;

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

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;

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Уметь:

Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования;

Владеть:

Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов;

ОПК-3.3:Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом

Уметь:

Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать:

- теорию и методику физической культуры.

Уметь: Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся
Владеть: Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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;

Знать: несоответствие материально-технической базы организации требованиям СанПиН, правилам видов спорта; нарушение правил медицинского (врачебного) контроля в организациях

Знать: 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-10.2: Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать: Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

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

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

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

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

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. Модуль 1						
1.1	Лекция 1. Введение в легкую атлетику. Общая характеристика и классификация легкоатлетических упражнений /Тема/	1	0				
1.2	Определение легкой атлетики как вида спорта. Значение данного курса в системе профессиональной подготовки специалиста по физической культуре. Массовость - одна из основ спортивного мастерства. Связь видов легкой атлетики с другими видами спорта. Содержание и задачи курса легкой атлетики. Программа и направленность обучения. Регламент работы. Требования к студентам. Характеристика легкоатлетических упражнений: ходьба, бег, прыжки, метания, легкоатлетическое многоборье. Классификация легкоатлетических упражнений: циклические, ациклические, смешанные; классические и неклассические; скоростные, силовые, скоростно-силовые, скоростной выносливости, специальной выносливости; по местам проведения соревнований. /Лек/	1	2				
1.3	Лекция 2. История возникновения и развития легкой атлетики в мире и России. Правила соревнований по легкой атлетике /Тема/	1	0				

1.4	Возникновение легкоатлетических упражнений. История древней легкой атлетики. Олимпийские игры древности. Современное развитие легкоатлетического спорта. Этапы эволюции техники и методов тренировки. Современное состояние легкой атлетики. Легкая атлетика в дореволюционной России. Кружки любителей, первые соревнования. Уровень результатов. Этапы развития отечественной легкой атлетики. Участие в международных соревнованиях. Олимпийские игры. Современное состояние легкоатлетического спорта. Тенденции дальнейшего развития. Виды и характер соревнований по легкой атлетике. Деятельность судейской коллегии по легкой атлетике. Элементарные правила соревнований по легкой атлетике. Места и оборудование для соревнований. Правила соревнований по бегу и ходьбе. Правила соревнований по прыжкам и метаниям. /Лек/	1	2				
1.5	Лекция 3. Основы техники легкоатлетических видов /Тема/	1	0				

1.6	Определение техники. Цикличность движений. Фазы в цикле движения. Взаимосвязь длины шага, темпа и скорости передвижения. Траектория ОЦТ тела при ходьбе и беге. Особенности движений в тазобедренном суставе в ходьбе. Отталкивание как основная фаза при ходьбе и беге. Движение бегуна в фазе полета. Сочетание махового движения одной ноги с амортизацией и распределением усилий при отталкивании другой ногой. Дыхание при беге. Положение бегуна на старте, начало бега, бег по дистанции, финиширование. Особенности техники бега на различные дистанции. Виды легкоатлетических прыжков. Фазы прыжка с разбега: разбег, отталкивание, полет, приземление. Отталкивание как основная фаза прыжка. Углы отталкивания и вылета. Сложение скоростей, создаваемых при разбеге и отталкивании. Высота и дальность прыжка в зависимости от начальной скорости и угла отталкивания. Прыжок как единое целостное действие. Траектория ОЦТ тела прыгуна в фазе полета. Движения руками и ногами во всех фазах прыжка. Движения прыгуна в фазе полета. Приземление в разных прыжках. Особенности техники различных видов прыжков. Виды легкоатлетических метаний. Фазы в метаниях: разбег, финальное усилие, торможение после выпуска снаряда. Финальное усилие как основная фаза прыжка. Оптимальный угол вылета снаряда. Основные параметры в метаниях: начальная скорость вылета снаряда, высота выпуска снаряда, аэродинамические свойства снаряда, скорости разбега, состояния атмосферы (направление и скорость ветра). /Лек/	1	2				
1.7	Лекция 4. «Методика обучения легкоатлетических видов» /Тема/	1	0				

1.8	Критерии оценки обучения техники спортивной ходьбы и бега. Определение задач и целей при обучении спортивной ходьбы и бега. Подбор средств и методов обучения. Организационно-методические мероприятия в обучении. Типичные ошибки, причины и способы исправление в процессе обучения технике спортивной ходьбы и бега. Критерии оценки обучения техники прыжков и метаний. Определение задач и целей при обучении легкоатлетических прыжков и метаний. Подбор средств и методов обучения. Организационно-методические мероприятия в обучении. Типичные ошибки, причины и способы исправление в процессе легкоатлетическим прыжкам и метаниям. /Лек/	1	2				
1.9	Лекция 5. Основы спортивной тренировки в легкой атлетике. Развитие физических качеств на занятиях легкой атлетики /Тема/	1	0				
1.10	Цель, задачи и принципы спортивной тренировки в легкой атлетике. Средства и методы спортивной тренировки. Виды спортивной тренировки. Периодизация спортивной тренировки в легкой атлетике. Нормирование физической нагрузки в тренировке легкоатлета. Показатели тренированности легкоатлета. Определение главных физических качеств для спринтеров, прыгунов и метателей, бегунов на средние, длинные дистанции и ходоков. Методические рекомендации по развитию различных способностей для трех групп видов легкой атлетики: 1) спринтеров 2) прыгунов и метателей 3) бегунов на средние, длинные дистанции и ходоков. Наиболее часто применяемые средства и методы для развития физических качеств в легкой атлетике. /Лек/	1	2				
1.11	Практическое занятие №1-5. «Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции» /Тема/	1	0				

1.12	Ознакомление, обучение и совершенствование техники спринта. Овладение быстрым бегом без излишнего напряжения. Ускорения. Разновидности низкого старта, исходное положение по командам «На старт!» и «Внимание!», реакция на сигнал, финиширование. Последовательное овладение техникой подводящих и специальных упражнений. Специальные упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств применительно к спринтерскому бегу. Практический норматив: демонстрация основ техники бега на короткие дистанции с выполнением норматива М (100м – 13.4 с), Ж (100м – 15.4 с) Написание план-конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике /Пр/	1	10				
1.13	«Анализ техники и методика обучения бегу на короткие дистанции» /Ср/	1	14				
1.14	Практическое занятие №6-8. «Анализ техники и методика обучения бегу на средние дистанции». /Тема/	1	0				
1.15	Ознакомление, обучение и совершенствование техники бега. Овладение свободным, естественным бегом. Правильное положение туловища, головы, таза, работа рук и ног. Дыхание при беге. Последовательное овладение основными подводящими и специальными упражнениями для выполнения свободного, естественного бега. Специальные упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств, необходимых для бегуна на средние дистанции. Обучение высокому старту и стартовому ускорению. Овладение сменой темпа при непрерывном беге. Практический норматив: демонстрация основ техники бега на средние дистанции с выполнением норматива М (1500м – 5.25,0 с), Ж (800м – 3.20,0 с) Написание план-конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике /Пр/	1	6				
1.16	«Анализ техники и методика обучения бегу на средние дистанции». /Ср/	1	13				
1.17	Практическое занятие №9-11. «Анализ техники и методика обучения бегу на длинные дистанции» /Тема/	1	0				

1.18	Ознакомление, обучение и совершенствование техники бега. Овладение свободным, естественным бегом. Правильное положение туловища, головы, таза, работа рук и ног. Дыхание при беге. Последовательное овладение основными подводящими и специальными упражнениями для выполнения свободного, естественного бега. Специальные упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств, необходимых для бега на длинные дистанции. Овладение сменой темпа при непрерывном беге. Практический норматив: демонстрация основ техники бега на короткие дистанции с выполнением норматива М (3000м – 12.30,0 с), Ж (2000м – 10.00,0 с) Демонстрация основ техники - бег семенящим шагом - бег с высоким подниманием бедра - бег с захлестыванием голени назад - бег прыжками Написание план-конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике /Пр/	1	6				
1.19	«Анализ техники и методика обучения бегу на длинные дистанции» /Ср/	1	13				
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Практическое занятие №1-5. «Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбы» /Тема/	2	0				
2.2	Ознакомление, обучение и совершенствование техники спортивной ходьбы: овладение элементами техники движений и техникой ходьбы в целом; положение туловища и головы, движение рук и ног; цикл двойного шага; дыхание при ходьбе. Последовательное овладение техникой специальных и подводящих упражнений. Специальные упражнения, обеспечивающие развитие физических качеств применительно к спортивной ходьбе. Практический норматив: демонстрация основ техники спортивной ходьбы с выполнением норматива М (1500м – 10.00 мин.), Ж (1000м – 6.50 мин.) Написание план-конспекта и проведение фрагмента урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи. /Пр/	2	10				
2.3	«Анализ техники и методика обучения спортивной ходьбы» /Ср/	2	12				
2.4	Практическое занятие №6-11. «Анализ техники и методика обучения эстафетного бега» /Тема/	2	0				

2.5	Ознакомление, обучение и совершенствование техники эстафетного бега. Способы несения и передачи эстафетной палочки. Установка контрольных отметок в зонах передачи. Стартовые положения, бег по дистанции. Учебные соревнования. Практический норматив: демонстрация основ техники эстафетного бега с выполнением норматива М (4х100м – 52,00 с), Ж (4х100м – 1.00,0 с). Написание план-конспекта и проведение фрагмента урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи. /Пр/	2	12				
2.6	/Ср/	2	12				
2.7	Практическое занятие №12-17. «Анализ техники и методика обучения прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» /Тема/	2	0				
2.8	Ознакомление, обучение и совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Последовательное овладение техникой основных подводящих и специально-подготовительных упражнений. Овладение техникой прыжка (разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, движения в полете, приземление) способом «согнув ноги». Специальные упражнения, обеспечивающие физическую подготовку прыгуна в длину. Практический норматив: демонстрация основ техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» М (4,80м), Ж (3,80м) Написание план-конспекта и проведение фрагмента урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи. /Пр/	2	12				
2.9	«Анализ техники и методика обучения прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» /Ср/	2	14				
	Раздел 3. Модуль 3						
3.1	Практическое занятие №1-8. «Анализ техники и методика обучения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» /Тема/	3	0				

3.2	Ознакомление, обучение и совершенствование техники прыжка в высоту с разбега. Последовательное овладение основными подводящими и специально-подготовительными упражнениями. Овладение техникой связок «разбег - отталкивание», «отталкивание - переход планки - приземление». Выполнение прыжка в целом (разбег, подготовка к отталкиванию, отталкивание, взлет, переход планки, приземление). Фаза полета в прыжках в высоту способом «перешагивание». Специальные упражнения, обеспечивающие воспитание физических качеств применительно к прыжку в высоту. Практический норматив: демонстрация основ техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» М (1,25м), Ж (1,15м) Написание план-конспекта и проведение основной части урока по легкой атлетике с решением образовательной и оздоровительной (развивающей) /Пр/	3	16				
3.3	«Анализ техники и методика обучения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» /Ср/	3	18				
	Раздел 4. Модуль 4						
4.1	Практическое занятие №9-17. «Анализ техники и методика обучения метания гранаты с разбега» /Тема/	3	0				
4.2	Ознакомление, обучение и совершенствование техники метания гранаты с разбега. Последовательное овладение техникой основных подводящих и специально-подготовительных упражнений. Овладение техникой метания (разбег, финальное усилие, остановка после финального усилия). Специальные упражнения, обеспечивающие физическую подготовку метателей. Практический норматив: демонстрация основ техники метания гранаты с разбега с выполнением норматива М (700 гр.) – 36,00 м., Ж (500 гр.) – 22,00 м Написание план-конспекта и проведение основной части урока по легкой атлетике с решением образовательной и оздоровительной (развивающей) /Пр/	3	18				
4.3	«Анализ техники и методика обучения метания гранаты с разбега» /Ср/	3	20				

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (модуля)
Демонстрация основ техники и сдача контрольного норматива:
1 модуль

- 1) Бег 100 м
- 2) Бег 800, 1500 м
- 3) Бег 2000, 3000 м
- 4) Бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени, бег прыжками, бег семенящим шагом
- 5) Подготовка план конспекта и проведение подготовительной части урока по легкой атлетике
- 2 модуль
- 6) С/х 1000, 1500м
- 7) Эстафетный бег 4X100м
- 8) Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»
- 9) Подготовка план конспекта и проведение урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи
- 3 модуль
- 10) Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»
- 11) Метание гранаты с разбега
- 12) Подготовка план конспекта и проведение урока по легкой атлетике с решением образовательной и оздоровительной (развивающей) задач.

Задания для проведения промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (2 модуль)

Вопросы для проведения тестирования (Зачет)

- 1) В каком году была представлена легкая атлетика на первых олимпийских играх?
- 2) На какой дистанции был зафиксирован первый рекорд в истории легкой атлетике в 1775г.?
- 3) Год основания легкой атлетике в России?
- 4) Кто является единственным Олимпийским чемпионом среди мужчин в беге на 100м?
- 5) Мировой рекорд в беге на 100м среди мужчин?
- 6) Мировой рекорд в беге на 100м среди женщин?
- 7) В какой период стабилизировался уровень мировых рекордов в беге на выносливость?
- 8) Представители какого континента доминируют в беге на средние и длинные дистанции?
- 9) Мировой рекорд на 1500м среди мужчин?
- 10) Мировой рекорд на 800м среди женщин?
- 11) По структуре легкоатлетические виды:
- 12) Основу легкой атлетике составляют пять ее видов:
- 13) По структуре движения спортивная ходьба:
- 14) Спортивная ходьба - вид, требующий проявления:
- 15) Бег делится на категории:
- 16) По структуре гладкий бег:
- 17) Гладкий бег подразделяется на:
- 18) Бег на короткие дистанции – вид, требующий проявления:
- 19) По структуре движения эстафетный бег:
- 20) Легкоатлетические прыжки делятся на следующие виды:
- 21) Прыжки в длину с разбега по структуре:
- 22) По структуре движения метания:
- 23) Цикл двойного шага в беге можно проследить:
- 24) В ходьбе каждый цикл движения состоит:
- 25) В беге каждый цикл движения состоит:
- 26) Начальным этапом обучения технике бега на короткие дистанции является:
- 27) Обучая технике бега по прямой следует обратить внимание на:
- 28) Начальным этапом обучения технике бега на средние дистанции является:
- 29) Основным средством разучивания бега на средние дистанции является:
- 30) Главной задачей при совершенствовании техники высокого старта в беге на длинные дистанции является:
- 31) Основные средства ознакомления занимающихся с техникой спортивной ходьбы:
- 32) Выберите правильную последовательность задач при разучивании техники спортивной ходьбы:
- 33) Выберите правильную последовательность средств при решении задачи: разучивании техники передачи эстафетной палочки.
- 34) Основной задачей разучивания техники эстафетного бега в целом является.
- 35) Выберите правильную последовательность разучивания техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
- 36) Рассказ о технике прыжка способом «перешагивание» должен включать в себя
- 37) Прежде чем приступить к разучиванию техники прыжка в длину, необходимо пройти:
- 38) Выберите последовательность освоения техники метания гранаты
- 39) Целью подводящих упражнений для освоения техники держания и выпуска снаряда является:
- 40) К метанию гранаты с места следует приступать после того, как
- 41) В беге на короткие дистанции спортсмен стартует ...
- 42) Можно ли спортсменам эстафетном беге 4*100м одевать перчатки и покрывать руки каким-либо составом для улучшения хвата палочки
- 43) В соответствии с правилами соревнований в эстафетном беге 4*100м палочку нужно передавать в коридоре длиной ...
- 44) Результаты прыжков в длину измеряют от ...
- 45) Если участник в прыжках в длину не совершил попытку за отведенное время, то
- 46) Попытка в прыжках в длину не засчитывается если:
- 47) Поверхность площадки для разбега в высоту должна быть горизонтальной, позволяющей сделать разбег длиной не менее:
- 48) Если способ продвижения грозит нарушением техники спортивной ходьбы, то его
- 49) Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник

50) Ширина линий разметки равна:

Задания для проведения промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины (3 модуль)

Вопросы для проведения зачета

1. Классификация и общая характеристика легкоатлетических упражнений.
2. Этапы развития легкой атлетики как вида спорта в мире и в России.
3. Основы техники ходьбы и бега (цикл, период, фаза движения).
4. Критерии оценки эффективности техники ходьбы и бега.
5. Классификация легкоатлетических прыжков.
6. Составные части техники прыжка.
7. Виды метаний и их классификация.
8. Дальность полета снаряда и факторы, ее определяющие.
9. Составные части техники метаний.
10. Принципы и методы обучения, особенности их применения.
11. Структура урока по легкой атлетике, его цели и задачи.
12. Основные типы уроков в зависимости от решаемых дидактических задач.
13. Характеристика частей урока, их содержание и взаимосвязь.
14. Подбор упражнений подготовительной части урока и их дозировка.
15. Методы организации, занимающихся на уроке легкой атлетики.
16. Особенности тренировочного занятия по легкой атлетике.
17. Основные требования техники безопасности при занятиях бегом, прыжками и метаниями. Подготовка мест занятий.
18. Основные требования по подготовке мест занятий, оборудования и инвентаря, спортивной формы и обуви.
19. Причины травм и меры обеспечения безопасности, занимающихся в легкоатлетическом манеже, на стадионе, в естественных условиях.
20. Определение спортивной ходьбы и характеристика техники.
21. Кинематические характеристики техники спортивной ходьбы.
22. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
23. Основные ошибки в технике спортивной ходьбы и методы их исправления.
24. Общая характеристика техники спринтерского бега. Части дистанции.
25. Низкий старт. Варианты расстановки стартовых колодок. Положение спортсмена при выполнении команд «На старт!» и «Внимание!».
26. Особенности стартового разбега на разных спринтерских дистанциях.
27. Кинематические и динамические характеристики техники бега на короткие дистанции.
28. Способы финиширования. Изменение техники бега в условиях утомления.
29. Методика обучения технике спринтерского бега.
30. Техника эстафетного бега. Способы передачи эстафетной палочки.
31. Методика обучения технике эстафетного бега.
32. Основные ошибки в технике бега на короткие дистанции и методы их исправления.
33. Особенности техники бега на средние и длинные дистанции.
34. Общая характеристика техники прыжка в длину. Части прыжка.
35. Кинематические и динамические характеристики техники прыжка в длину.
36. Отталкивание, как основное звено техники прыжка в длину.
37. Способы прыжка в длину. Особенности движений прыгуна в полете.
38. Значение приземления в прыжке в длину. Варианты техники приземления.
39. Методика обучения технике прыжка в длину.
40. Основные ошибки в технике прыжка в длину и методы их исправления.
41. Общая характеристика техники прыжка в высоту. Части прыжка.
42. Кинематические и динамические характеристики техники прыжка в высоту.
43. Задачи разбега в прыжке в высоту. Особенности разбега в разных способах прыжка.
44. Отталкивание, как основное звено техники прыжка в высоту.
45. Способы прыжка в высоту. Особенности движений прыгуна в полете.
46. Значение приземления в прыжке в высоту. Особенности приземления в разных способах прыжка.
47. Методика обучения технике прыжка в высоту.
48. Основные ошибки в технике прыжка в высоту и методы их исправления.
49. Общая характеристика техники метания гранаты. Части техники.
50. Финальное усилие, как основное звено техники метания гранаты.
51. Методика обучения технике метания гранаты.
52. Классификация соревнований. Календарь соревнований. Документы планирования и проведения соревнований.
53. Организация, проводящая соревнования (функции, обязанности).
54. Основные требования к спортивной базе для проведения соревнований.
55. Состав главной судейской коллегии, обязанности.
56. Принципы разработки Положения и программы соревнований.
57. Основные положения правил соревнований по легкой атлетике (бег, прыжки, метания, ходьба и многоборье).
58. Подготовка мест соревнований по бегу, ходьбе, прыжкам, метаниям.
59. Судейские бригады соревнований по бегу и ходьбе (права и обязанности судей).
60. Принципы формирования забегов и финалов. Определение победителей в циклических дисциплинах легкой атлетики.

61. Правила проведения соревнований в эстафетном беге.
62. Правила проведения соревнований по кроссу.
63. Судейские бригады соревнований по прыжкам (права и обязанности судей).
64. Судейские бригады соревнований по метаниям (права и обязанности судей).
65. Подготовка и проверка снарядов в метаниях.
66. Принципы проведения квалификационных соревнований. Определение участников финалов и победителей соревнований в метаниях.
67. Организация работы секретариата соревнований. Особенности работы секретаря в циклических и ациклических дисциплинах легкой атлетики.
68. История выступлений Советских легкоатлетов на Олимпийских играх
69. Выступление российских легкоатлетов на Олимпийских играх в новейшей истории России.
70. Легкая атлетика в программе Олимпийских игр современности.
71. История возникновения и функционирование Международной ассоциации легкоатлетических федераций (IAAF - International Association of Athletic Federations).
72. Всероссийская федерация легкой атлетики. История возникновения, деятельность ВФЛА в современных условиях.

5.2. Темы письменных работ

- Проведение урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи 2 семестр
- 1 Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.
 - 2 Разучить технику бега по повороту.
 - 3 Разучить технику низкого старта.
 - 4 Разучить технику спортивной ходьбы.
 - 5 Разучить технику старта и стартового ускорения на повороте в беге на короткие дистанции.
 - 6 Разучить технику бега с низкого старта.
 - 7 Разучить технику бега на средние дистанции.
 - 8 Разучить технику старта и стартового ускорения в беге на средние дистанции.
 - 9 Разучить технику бега по повороту.
 - 10 Разучить технику финиширования.
 - 11 Разучить технику бега с низкого старта в эстафете.
 - 12 Разучить технику передачи эстафетной палочки.
 - 13 Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости без учета зоны передачи.
 - 14 Разучить технику отталкивания в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание».
 - 15 Разучить технику разбега и отталкивания в прыжках в высоту способом «перешагивание».
 - 16 Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.
 - 17 Разучить технику полета в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
 - 18 Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.
 - 19 Разучить технику приземления в прыжках в длину с разбега.
 - 20 Разучить технику метания малого мяча способом «из-за спины через плечо», стоя боком по направлению метания.
 - 21 Разучить технику метания малого мяча со скрестного шага способом «из-за спины через плечо».
 - 22 Разучить технику метания малого мяча с 4-5 шагов разбега.
 - 23 Разучить технику метания гранаты с места.
 - 24 Разучить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
 - 25 Разучить технику метания гранаты со скрестного шага.
 - 26 Разучить технику метания гранаты с 4-5 шагов разбега.
 - 27 Разучить технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в длину.
 - 28 Разучить технику разбега в прыжках в длину.
 - 29 Разучить технику метания гранаты в целом.
 - 30 Разучить технику отталкивания в сочетании с полетом в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
 - 31 Разучить технику бега на длинные дистанции.
 - 32 Разучить технику разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».
- Проведение целого урока по легкой атлетике с решением образовательной и оздоровительной (развивающей) задач 3 семестр
- 1 1. Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.
 2. Совершенствовать технику старта и стартового ускорения в беге на средние дистанции.
 3. Развитие ловкости.
 - 2 1. Разучить технику бега по повороту.
 2. Совершенствовать технику стартового ускорения в беге на короткие дистанции.
 3. Развитие быстроты реакции.
 - 3 1. Разучить технику низкого старта.
 2. Повторить технику стартового ускорения в беге на короткие дистанции.
 3. Развитие быстроты.
 - 4 1. Разучить технику спортивной ходьбы.
 2. Совершенствовать технику бега с низкого старта.
 3. Развитие специальной выносливости.
 - 5 1. Разучить технику старта и стартового ускорения на повороте в беге на короткие дистанции.

2. Совершенствовать технику бега на средние дистанции.
3. Развитие гибкости.
- 6 1. Разучить технику бега с низкого старта.
2. Повторить технику спортивной ходьбы.
3. Развитие скоростно-силовых способностей.
- 7 1. Разучить технику бега на средние дистанции.
2. Повторить технику бега на короткие дистанции по прямой.
3. Развитие быстроты.
- 8 1. Разучить технику старта и стартового ускорения в беге на средние дистанции.
2. Совершенствовать технику спортивной ходьбы.
3. Развитие скоростно-силовых способностей.
- 9 1. Разучить технику бега по повороту.
2. Повторить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости без учета зоны передачи.
3. Развитие скоростно-силовых способностей.
- 10 1. Разучить технику финиширования.
2. Повторить технику старта, стартового ускорения и бега по дистанции в спринте.
3. Развитие общей выносливости.
- 11 1. Разучить технику бега с низкого старта в эстафете.
2. Совершенствовать технику финиширования.
3. Развитие ловкости.
- 12 1. Разучить технику передачи эстафетной палочки.
2. Повторить технику бега по повороту.
3. Развитие силы.
- 13 1. Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости без учета зоны передачи.
2. Совершенствовать технику разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».
3. Развитие скоростно-силовых способностей.
- 14 1. Разучить технику отталкивания в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание».
2. Совершенствовать технику бега на короткие дистанции по прямой.
3. Развитие гибкости.
- 15 1. Разучить технику разбега и отталкивания в прыжках в высоту способом «перешагивание».
2. Совершенствовать технику эстафетного бега.
3. Развитие гибкости.
- 16 1. Разучить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.
2. Совершенствовать технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в высоту способом «перешагивание».
3. Развитие скоростной выносливости.
- 17 1. Разучить технику полета в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
2. Повторить технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.
3. Развитие быстроты.
- 18 1. Разучить технику бега на короткие дистанции по прямой.
2. Совершенствовать технику передачи эстафетной палочки на максимальной скорости без учета зоны передачи.
3. Развитие общей выносливости.
- 19 1. Разучить технику приземления в прыжках в длину с разбега.
2. Совершенствовать технику передачи эстафетной палочки на высокой скорости с учетом зоны передачи.
3. Развитие силовой выносливости.
- 20 1. Разучить технику метания малого мяча способом «из-за спины через плечо», стоя боком по направлению метания.
2. Совершенствовать технику перехода планки и ухода от нее в прыжках в высоту способом «перешагивание».
3. Развитие специальной выносливости.
- 21 1. Разучить технику метания малого мяча со скрестного шага способом «из-за спины через плечо».
2. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
3. Развитие ловкости.
- 22 1. Разучить технику метания малого мяча с 4-5 шагов разбега.
2. Совершенствовать технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в длину.
3. Развитие силовой выносливости.
- 23 1. Разучить технику метания гранаты с места.
2. Повторить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
3. Развитие специальной выносливости.
- 24 1. Разучить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
2. Совершенствовать технику метания малого мяча.
3. Развитие скоростной выносливости.
- 25 1. Разучить технику метания гранаты со скрестного шага.
2. Повторить технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
3. Развитие гибкости.
- 26 1. Повторить технику метания гранаты с места.
2. Разучить технику метания гранаты с 4-5 шагов разбега.
3. Развитие ловкости.
- 27 1. Разучить технику отталкивания в сочетании с разбегом в прыжках в длину.
2. Повторить технику метания гранаты со скрестного шага.

3. Развитие общей выносливости.
- 28 1. Разучить технику разбега в прыжках в длину.
2. Повторить технику метания гранаты с 4-5 шагов разбега.
3. Развитие быстроты.
- 29 1. Разучить технику метания гранаты в целом.
2. Совершенствовать технику отталкивания в прыжках в длину с разбега.
3. Развитие гибкости.
- 30 1. Разучить технику отталкивания в сочетании с полетом в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги».
2. Совершенствовать технику метания гранаты в целом.
3. Развитие скоростно-силовых способностей.
- 31 1. Разучить технику бега на длинные дистанции.
2. Повторить технику высокого старта и стартового ускорения в эстафетном беге.
3. Развитие специальной выносливости.
- 32 1. Разучить технику разбега в прыжках в высоту способом «перешагивание».
2. Повторить технику метания малого мяча, стоя боком по направлению метания способом «из-за спины через плечо».
3. Развитие ловкости.

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. 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.
2. 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.
3. 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 или содержательному модулю.

Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме экзамена/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 экзаменационного билета. Каждый экзаменационный билет включает 2 теоретических вопроса и одно практическое задание (ситуационная задача, демонстрация опыта практической деятельности, решение задач и т.п.). Экзаменационный тест содержит 50 вопросов и ситуационных задач.

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом практического занятия, то студент приходит в специально выделенное для этого время; он самостоятельно выполняет практическую работу 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.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Практическая работа:

1. Демонстрация основ техники и сдача контрольных нормативов по изучаемым видам легкой атлетики.
2. Написание план-конспекта и проведение фрагмента урока по легкой атлетике с решением одной образовательной задачи.
3. Написание план-конспекта и проведение основной части урока по легкой атлетике с решением образовательной и оздоровительной (развивающей).

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 ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжская ГАФКСиТ»).
6.3.1.2	MicrosoftWindowsPro 7 64-bitRusOEMLicense - Распоряжение Министерства земельных и имущественных отношений РТ №229-р от 06.02.2015 «О передаче в безвозмездное пользование».
6.3.1.3	MicrosoftOfficeProfessionalPlus 2013 RussianOLPNLAcademicEdition - 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 – Номерлицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионныйдоговорс ООО «Софттрешения» №470 от 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: 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 видеоконференцсвязи 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 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 на следующие темы: - Бег на короткие дистанции - Барьерный и эстафетный бег - Метания (копье, ядро) - Метания (диск, молот) - Горизонтальные прыжки - Вертикальные прыжки - Спортивная ходьба. Бег на 800 1500 метров. 3. Легкоатлетический стадион с 400 метровыми беговыми дорожками (8 дорожек по кругу) с покрытием MONDO, 4 сектора для прыжка в длину, 1 сектор для толкания ядра, сектор для прыжка в высоту, размер: 8,00 x 4,00 x 0,80м с алюминиевой платформой под маты. 4. Перечень инвентаря: - Секундомеры - 20 шт., - Стартовые колодки (комплект на 8 дорожек), - Алюминиевые эстафетные палочки - 12 шт., - Измеритель установки планки для прыжков в высоту – 2 шт., - Планка для прыжков в высоту из фибerglassа (диаметр 30 мм, длина 4м) – 20 шт., - Ядро 4 кг – 13 шт. - Ядро 3 кг – 4 шт. - Ядро 5 кг – 9 шт. - Ядро 6 кг – 4 шт. - Ядро 7,257 кг – 6 шт. - Пистолет стартовый для подачи сигнала – 1 шт. - Рулетка 10 м – 1 шт., 50 м – 1 шт., 100 м – 1 шт. - Измерительное колесо – 1 шт. - Снаряд «Ракета» - 10 шт. - Медицинбол 1кг – 8 шт., 3 кг – 8 шт., 5 кг – 8 шт. - Граната 500 гр. – 14 шт. - Граната 700 гр. – 16 шт. 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: ИнфоматЭСБУС, 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.

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

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

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



Рабочая программа дисциплины ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА Плавание

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики водных видов спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	5 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах: зачеты 4, 7	
в том числе:			
аудиторные занятия	94		
самостоятельная работа	86		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	3 (2.1)		4 (2.2)		7 (4.1)		Итого	
Неделя	18 2/6		18 2/6		13			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	10	10					10	10
Практические	22	22	48	48			72	72
Методические занятия					12	12	12	12
Итого ауд.	32	32	48	48	12	12	94	94
Контактная работа	32	32	48	48	12	12	94	94
Сам. работа	40	40	24	24	24	24	86	86
Итого	72	72	72	72	36	36	180	180

Автор (ы) программы:

Доц., Басин Дмитрий Игоревич; Преп., Гайнеттинов Булат Ринатович _____





Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 13 июня 2025 г. № 11

Зав. кафедрой И.о. Гибадуллин М.Р. _____



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	являются формирование общей культуры личности, обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, осуществление обучения и воспитания обучающихся в процессе занятий, приобщение к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни и обеспечение необходимого запаса знаний, двигательных умений и навыков, а так-же достаточный уровень физической подготовленности учащихся для сохранения и укрепления их здоровья и трудовой деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Физическая культура и спорт	
2.1.2	Теория спорта	
2.1.3	История физической культуры	
2.1.4	Учебная практика: педагогическая	
2.1.5	Учебная практика: тренерская	
2.1.6	Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта	
2.1.7	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта	
2.1.8	Биомеханика двигательной деятельности	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.2	Теория спорта	
2.2.3	Теория и методика фитнеса	
2.2.4	Производственная практика: педагогическая	
2.2.5	Производственная практика: тренерская	
2.2.6	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
2.2.7	Учебная практика: педагогическая	
2.2.8	Учебная практика: тренерская	
2.2.9	Организация и проведение соревнований в избранном виде спорта	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	
ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования	
Знать: 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	
Знать: Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы	
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: 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	
Владеть:	

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

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

Владеть:

Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Уметь:

Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

Уметь:

Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования

Уметь:

Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

Владеть:

Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

Владеть:

Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов

Владеть:

Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

ОПК-3.3:Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом

Уметь:

Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов

Уметь:

Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать:

Теория и методика физической культуры

Уметь:

Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся

Владеть:

Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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 тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Уметь:

Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе общего образования

ОПК-10.2:Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Знать:

Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

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

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

ПК-1.2:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

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

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
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
Владеть: Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду 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	Компетен-ции	Литература и эл. ресурсы	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Раздел 1						
1.1	Введение в курс «Теория и методика обучения базовым видам спорта: плавание» /Тема/	3	0				

1.2	Плавание как наука и предмет познания. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Плавание в системе физического воспитания. Специфика организации и проведения учебного процесса по курсу плавание. /Лек/	3	2	ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.5 Л1.6		
1.3	Зарождение и развитие плавания /Тема/	3	0				
1.4	История развития плавания в мире, России и в Республике Татарстан. Общая характеристика современного олимпийского плавания. Нормы ГТО. /Лек/	3	2	ОПК-5.2-31	Л1.6		
1.5	История развития плавания как вида спорта /Ср/	3	2	ОПК-5.2-31			
1.6	Методика обучения технике спортивных и прикладных способов плавания, стартов, поворотов /Тема/	3	0				

1.7	Эволюция методики обучения. Методы обучения. Методика обучения спортивным способам плавания: кроль на груди, на спине, брасс, дельфин. Методика обучения технике стартов, поворотов. Ошибки и методика их исправления. Изучение техники прикладного плавания. /Лек/	3	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-5.2-31 ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-14.1-31	Л1.5 Л1.6		
1.8	Этапы обучения плаванию: теоретические основы и практические методы /Ср/	3	6	ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-У1 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-14.1-У1	Л1.6		
1.9	Методические основы занятий плаванием /Тема/	3	0				
1.10	Знание терминологии и классификации в плавании; Владение содержанием и правилами оформления плана учебного занятия с использованием средств плавания; Знание факторов и предупреждение травматизма в процессе занятий плаванием. Обеспечение безопасности при выполнении упражнений на занятиях по плаванию в бассейне и открытых водоёмах. Планирования занятий по плаванию с учётом возраста и степенью владения навыком плавания. /Лек/	3	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-5.2-31 ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-14.1-31	Л1.5 Л1.6		
1.11	Техника плавания кролем: особенности и методика обучения /Ср/	3	8	ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-У1 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-14.1-У1	Л1.2 Л1.6		
1.12	Организация и проведение соревнований по плаванию /Тема/	3	0				

1.13	Порядок проведения соревнований по плаванию (распределение участников, парад, заплывы, определение победителей). Классификация соревнований в зависимости от целей, задач, масштаба и, характера. Судейская коллегия соревнований по плаванию. Состав и обязанности судей. Специальное оборудование в бассейнах. Специальные устройства и приспособления, необходимые для проведения занятий и соревнований. Обязанности и права каждого участника. /Лек/	3	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-5.2-31 ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-14.1-31			
1.14	Организация и проведение соревнований по плаванию /Ср/	3	2	ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-У1 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-14.1-У1 ПК-1.4-У2			
1.15	Анализ техники и методика обучения способам кроль на груди и кроль на спине /Тема/	3	0				

1.16	Освоение с водой и ознакомление со свойствами воды. Обучение дыханию. /Пр/	3	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			

1.17	Обучение и освоение техники работы ног в способах кроль на груди и кроль на спине /Пр/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.5 Л1.6		

1.18	Обучение согласованию дыхания с работой ног в способах кроль на груди и кроль на спине /Пр/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2			

1.19	Обучение работе рук в способах кроль на груди и кроль на спине /Пр/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.5 Л1.6		

1.20	Обучение и освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания /Пр/	3	8	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.5 Л1.6		

1.21	Комплекс упражнений на освоение с водой. Обучение дыханию /Ср/	3	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.6		

1.22	Комплекс упражнений на освоение техники работы ног способами кроль на груди и кроль на спине /Ср/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

1.23	Комплекс упражнений на согласование дыхания с работой ног в способах кроль на груди и кроль на спине /Ср/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

1.24	Комплекс упражнений на обучение и освоение работы рук способами кроль на груди кроль на спине /Ср/	3	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

1.25	Комплекс упражнений на освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания /Ср/	3	8	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		
	Раздел 2. Раздел 2						
2.1	Анализ техники и методика обучения способам брасс и баттерфляй. /Тема/	4	0				

2.2	Обучение и освоение техники работы ног в способе брасс /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.3	Обучение согласованию дыхания с работой ног в способе брасс /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.4	Обучение работе рук в способе брасс /Пр/	4	4	ОПК-1.4- 31 ОПК-1.4- -32 ОПК- 1.4-33 ОПК -1.4-У1 ОПК-1.4- У2 ОПК- 1.4-В1 ОПК-1.4- В2 ОПК- 1.4-В3 ОПК-3.1- У1 ОПК- 3.1-У2 ОПК-3.1- У3 ОПК- 3.1-В1 ОПК-3.1- В2 ОПК- 3.1-В3 ОПК-3.3- У1 ОПК- 3.3-У2 ОПК-5.2- 31 ОПК-5.2 -У1 ОПК- 5.2-В1 ОПК-10.1- 31 ОПК- 10.1-У1 ОПК-10.1- У2 ОПК- 10.1-В1 ОПК-10.1- В2 ОПК- 10.2-31 ОПК-10.2- 32 ОПК- 10.2-33 ОПК-10.2- В1 ОПК- 10.2-В2 ОПК-14.1- 31 ОПК- 14.1-У1 ОПК-14.1- В1 ПК-1.2- 31 ПК-1.2- 32 ПК-1.3- У1 ПК-1.3- В1 ПК-1.3- В2 ПК-1.3- В3 ПК-1.4- У1 ПК-1.4- У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.5	Обучение и освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания в способе брасс /Пр/	4	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.6	Обучение и освоение техники работы ног в способе баттерфляй /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.7	Обучение согласованию дыхания с работой ног в способе баттерфляй /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.8	Обучение работе рук в способе багтерфляй /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.9	Обучение и освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания в способе бабочка /Пр/	4	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.10	Обучение и освоение техники ныряния и передвижения под водой /Пр/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.11	Обучение и освоение техники спасения утопающего. Обучение способам оказания первой медицинской помощи при утоплении. /Пр/	4	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.12	Комплекс упражнений на освоение техники работы ног в способе брасс /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.13	Комплекс упражнений на согласование дыхания с работой ног в способе брасс /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.14	Комплекс упражнений на обучение работе рук в способе брасс /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.15	Комплекс упражнений на освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания в способе брасс /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.16	Комплекс упражнений на освоение техники работы ног в способе баттерфляй /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.17	Комплекс упражнений на согласование дыхания с работой ног в способе баттерфляй /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.18	Комплекс упражнений на обучение работе рук в способе баттерфляй /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.19	Комплекс упражнений на освоение общему согласованию работы рук, ног и дыхания в способе баттерфляй /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

2.20	Комплекс упражнений на освоение техники ныряния и передвижения под водой /Ср/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

2.21	Техника спасения утопающего. Способы оказания первой медицинской помощи при утоплении. /Ср/	4	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		
	Раздел 3. Раздел 3						
3.1	Методика обучения спортивным способам плавания. Организация проведения занятий по плаванию. /Тема/	7	0				

3.2	Формы организации занятий по плаванию. Методы, средства, методические приемы, применяемые при обучении /Мет/	7	3	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

3.3	Методы обучения. Методика обучения спортивным способам плавания: кроль на груди, на спине /Мет/	7	3	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7 Л1.8		

3.4	Методы обучения. Методика обучения спортивным способам плавания: брасс, баттерфляй. /Мет/	7	3	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		
3.5	Методы обучения. Методика обучения прикладным способам плавания /Мет/	7	3		Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

3.6	Формы организации занятий по плаванию. Методы, средства, методические приемы, применяемые при обучении /Ср/	7	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

3.7	Методика обучения спортивным способам плавания: кроль на груди, на спине /Ср/	7	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.1 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6		

3.8	Методика обучения спортивным способам плавания: брасс, баттерфляй. /Ср/	7	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6		

3.9	Методика обучения прикладным способам плавания /Ср/	7	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-32 ОПК-1.4-33 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-У2 ОПК-1.4-В1 ОПК-1.4-В2 ОПК-1.4-В3 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-У2 ОПК-3.1-У3 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.1-В2 ОПК-3.1-В3 ОПК-3.3-У1 ОПК-3.3-У2 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-У2 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.1-В2 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-32 ОПК-10.2-33 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-В2 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-32 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.3-В2 ПК-1.3-В3 ПК-1.4-У1 ПК-1.4-У2	Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Задания для проведения текущего контроля

Задания по модулю 1

Вопросы для собеседования (устного опроса)

1. Классификация плавания.
2. Значение плавания.
3. История возникновения и развития плавания.
4. Первые школы плавания в России.
5. Плавание на Олимпийских играх.

6. История развития водных видов спорта (спортивное плавание, плавание в открытой воде, прыжки в воду, водное поло, синхронное плавание, подводный спорт).
7. Динамическое и статическое плавание.
8. Физические свойства воды.
9. Основы техники плавания.
10. Техника движений ногами при плавании кролем на спине.
11. Техника движений руками при плавании кролем на спине.
12. Техника общего согласования движений при плавании кролем на спине.
13. Техника движений ногами при плавании кролем на груди.
14. Техника движений руками при плавании кролем на груди.
15. Техника общего согласования движений при плавании кролем на груди.
16. Техника движений ногами при плавании способом брасс на груди.
17. Техника движений руками при плавании способом брасс на груди.
18. Техника общего согласования движений при плавании способом брасс на груди.
19. Техника движений ногами при плавании способом дельфин.
20. Техника движений руками при плавании способом дельфин.
21. Техника общего согласования движений при плавании способом дельфин.
22. Техника выполнения старта с тумбочки.
23. Техника выполнения старта из воды.
24. Характеристика поворотов в плавании.
25. Прикладное плавание.
26. Основы обучения плаванию.
27. Особенности обучения плаванию грудных детей.
28. Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста.
29. Особенности обучения плаванию детей младшего школьного возраста.
30. Особенности обучения плаванию детей среднего школьного возраста.

Практические работы

1. Демонстрация техники движения ног способом кроль на груди;
2. Демонстрация техники движения рук способом кроль на груди;
3. Демонстрация техники плавания кролем на груди (в полной координации);
4. Демонстрация техники движения ног способом кроль на спине;
5. Демонстрация техники движения рук способом кроль на спине;
6. Демонстрация техники плавания кролем на спине (в полной координации);
7. Демонстрация фрагмента урока;
8. Публичная защита конспекта урока (презентаций)
9. Выполнение анализа и самоанализа проведенного занятия

Задания для проведения промежуточной аттестации (3 семестр)

1. Определение и содержание предмета плавание. Задачи и характерные особенности плавания, как средства физического воспитания.
2. Воспитательное, оздоровительное, прикладное и спортивное значение плавания.
3. Основные этапы развития плавания в дореволюционной России. Первые учебные группы, техника плавания и методика обучения.
4. Шуваловская школа плавания и ее значение.
5. Современное состояние плавательного спорта в России, участие российских пловцов в первенстве мира, Европы и Олимпийских играх.
6. Понятие о технике плавания. Основные факторы, определяющие технику плавания.
7. Свойства воды и их использование в плавании.
8. Обучение и тренировка как единый педагогический процесс: определение, задачи, содержание.
9. Основные средства обучения плаванию.
10. Подвижные игры в воде как средство обучения плаванию. Требования к проведению игр.
11. Методы обучения плаванию.
12. Урок плавания: задачи, структура, продолжительность.
13. Методы ведения урока по плаванию.
14. Конспект урока, постановка задач, планирование средств и методов в связи с возрастом и подготовленностью занимающихся.
15. Анализ подготовительных упражнений по освоению с водой и их значение в начальном обучении плаванию.
16. Анализ техники плавания способом "кроль" на груди
17. Анализ техники плавания способом "кроль" на спине

Задания по модулю 2

Вопросы для собеседования (устного опроса)

1. Основы обучения плаванию.
2. Особенности обучения плаванию грудных детей.
3. Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста.
4. Особенности обучения плаванию детей младшего школьного возраста. 30. Особенности обучения плаванию детей

среднего школьного возраста.

5. Особенности обучения плаванию в подростковом возрасте.

6. Особенности обучения плаванию взрослых.

7. Организация занятий по плаванию.

8. Составить комплекс упражнений для освоения с водой.

9. Составить комплекс упражнений для обучения скольжению.

10. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами кролем на груди и кролем на спине.

11. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.

12. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.

13. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами брассом.

14. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками брассом.

15. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию брассом в полном согласовании движений с дыханием.

16. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами баттерфляем.

17. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками баттерфляем.

18. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию баттерфляем в полном согласовании движений с дыханием.

19. Составить комплекс упражнений для совершенствования скольжений.

20. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами кролем на груди и кролем на спине.

21. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.

22. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.

23. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами брассом.

24. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками брассом.

25. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания брассом в полном согласовании движений с дыханием.

26. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами баттерфляем.

27. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками баттерфляем.

28. Составить комплекс упражнений для обучения старту с тумбочки.

29. Составить комплекс упражнений для обучения повороту «маятник».

30. Составить комплекс упражнений для обучения повороту сальто.

31. Составить комплекс упражнений для обучения прикладному способу на боку.

32. Составить комплекс упражнений для обучения способу брасс на спине.

33. Особенности обучения плаванию в открытых водоемах.

34. Методика спасения тонущего.

Практические работы

1. Демонстрация техники движения рук способом брасс;

2. Демонстрация техники плавания брасс (в полной координации);

3. Демонстрация техники движения ног способом баттерфляй;

4. Демонстрация техники движения рук способом баттерфляй;

5. Демонстрация техники плавания баттерфляй (в полной координации);

6. Демонстрация техники выполнения старта;

7. Демонстрация техники выполнения поворота (открытого, закрытого);

8. Демонстрация техники прикладного плавания

9. Оценка техники выполнения двигательного действия при выполнении контрольных нормативов;

10. Анализ и наблюдения практической деятельности студента;

11. Анализ и наблюдение за практической деятельностью студента в процессе обучения двигательным действиям;

Задания для проведения промежуточной аттестации (4 семестр)

1. Анализ техники плавания способом "дельфин"

2. Анализ техники плавания способом "брасс" на груди и спине

3. Анализ техники старта с тумбочки, основные фазы движений. Методика обучения. Типичные ошибки в технике и методике их устранения.

4. Анализ техники старта из воды. Основные фазы движения. Методика обучения. Типичные ошибки в технике и методика их устранения.

5. Анализ техника поворотов в плавании "кролем" на спине, основные фазы движения, методика обучения. Типичные ошибки в технике и методике их устранения.

6. Анализ техники поворотов при плавании способом "брасс" и "дельфин", основные фазы движения, правила выполнения, методика обучения.

7. Анализ техники поворотов в плавании "кролем" на груди, основные фазы движения, методы обучения, типичные ошибки в технике и методике их устранения.

8. Основные упражнения и последовательность их применения при обучении технике плавания способом "кроль" на груди. Типичные ошибки и методика их устранения.

9. Основные упражнения и последовательность их применения при обучении технике плавания способом "кроль" на спине. Типичные ошибки в технике и методика их устранения.

10. Основные упражнения и последовательность их применения при обучении технике плавания способом "брасс". Типичные ошибки в технике плавания способом "брасс".

11. Основные упражнения и последовательность их применения при обучении технике плавания способом "дельфин". Типичные ошибки в технике и методика их устранения.
12. Анализ техники плавания и методика обучения прикладному способу "на боку".
13. Спасательные средства и методика их применения.
14. Техника ныряния в глубину и длину.
15. Техника оказания помощи пострадавшему на воде. Приемы освобождения от захватов. Способы транспортировки и их выбор с учетом своих возможностей и поведения пострадавшего.
16. Оказание доврачебной помощи. Способы искусственного дыхания, непрямой массаж сердца.

Задания для проведения промежуточной аттестации (7 семестр)

Вопросы для собеседования (устного опроса)

1. Методика развития гибкости, силы, быстроты, выносливости и координационных способностей в плавании.
2. Техническое оборудование бассейнов.
3. Основные этапы развития плавания в России.
4. Современный уровень развития плавания в России.
5. Значение плавания в системе физического воспитания (оздоровительное, прикладное, образовательное и т.д.)
6. Методика обучения плаванию способом баттерфляй.
7. Методика обучения плаванию способом кроль на груди.
8. Методика обучения плаванию способом брасс.
9. Методика обучения плаванию способом кроль на спине.
10. Методика обучения плаванию способом на боку
11. Методика обучения плаванию способом брасс на спине.
12. Методика обучения старту с тумбочки.
13. Методика обучения повороту маятником.
14. Характеристика конспекта занятия по плаванию в ДОУ.
15. Характеристика конспекта урока по плаванию в средней школе.
16. История развития легкой атлетики в России и мире.
17. Правила соревнований по плаванию.
18. Выдающийся пловец и его спортивные достижения.
19. Правила техники безопасности при занятиях плаванием.
20. Влияние плавания на укрепление здоровья и основные системы организма.

5.2. Темы письменных работ

Тематика рефератов

История развития плавания: от древности до современности.
 Плавание в античном мире: традиции, обучение, прикладное значение.
 Эволюция стилей плавания: от древних техник к олимпийским дисциплинам.
 Плавание в искусстве: образы пловцов в живописи, скульптуре, кино.
 Развитие плавательных бассейнов и инфраструктуры для плавания.
 Влияние плавания на сердечно-сосудистую систему.
 Плавание как средство коррекции осанки и развития опорно-двигательного аппарата. Психологическое воздействие плавания: снижение стресса, улучшение сна и когнитивных функций. Плавание в реабилитации: восстановление после травм и операций.
 Закаливание и иммунитет: роль плавания в укреплении здоровья.
 Анализ спортивных стилей плавания (кроль, брасс, баттерфляй, спина).
 Техника старта и поворотов в спортивном плавании.
 Методы обучения плаванию детей разных возрастных групп.
 Особенности тренировки профессиональных пловцов: периоды, нагрузки, восстановление.
 Ошибки в технике плавания и способы их исправления.
 Олимпийские игры и плавание: история рекордов и легендарных спортсменов.
 Современные тенденции в спортивном плавании: инновации в экипировке и тренировках.
 Паралимпийское плавание: особенности и достижения.
 Многоборье в плавании: комплекс дисциплин и подготовка атлетов.
 Роль аналитики и биомеханики в повышении результатов пловцов.
 Приёмы спасания на воде: техника и обучение.
 Подводное плавание и фридайвинг: физиология и безопасность.
 Плавание в экстремальных условиях: открытые водоёмы, холодная вода.
 Адаптивное плавание для людей с ограниченными возможностями.

5.3. Фонд оценочных средств

Тестовые вопросы (4 семестр)

1. Плавание в древние времена применялось с целью:
 - а) оздоровления
 - б) имело прикладное значение
 - в) участия в состязаниях и праздниках на воде
2. Назовите имя ныряльщика, чей подвиг описывают Павсаний и Геродот:
 - а) Марк Антоний
 - б) Гней Помпей

- в) Сциллис
3. Где запечатлен замечательный патриотический подвиг русского отрока, который не смотря на преследование переплыл из внезапно осажденного печенегами Киева на другой берег Днепра, добрался до военного стана князя Святослава и сообщил ему о нашествии врага, тем самым спас столицу.
- а) В Ипатьевской летописи
б) В Лаврентьевской летописи
в) В Казацкой летописи
4. Первые соревнования по плаванию в России прошли на реке:
- а) Волга
б) Почайна
в) Енисее
5. В каком году была написана первая книга по плаванию, автор которой был датчанин Н. Винман
- а) в 1515г
б) в 1498г
в) в 1538г
6. Кем из русских правителей было введено обучение плаванию военных:
- а) Иваном Грозным
б) Петром I
в) Николаем II
7. В каком году и где была основана первая школа плавания:
- а) в 1785г в Париже
б) в 1725г. в Лондоне
в) в 1722 г. в Риме
8. В каком году в России и где была открыта первая школа плавания:
- а) в Москве в 1801г
б) в Санкт Петербурге в 1827г
в) в Казани в 1823г.
9. В каком году была открыта общедоступная школа плавания в Петербурге, близ Летнего сада, под руководством преподавателя из Швеции Густафом Паули:
- а) в 1826г
б) в 1830г
в) в 1834г
10. Шуваловская школа создана по инициативе морского врача В.Н. Пескова:
- а) в 1900г
б) в 1902г
в) в 1908г
11. В каком году и где были проведены первые международные соревнования по плаванию:
- а) в Будапеште в 1889г
б) в Париже в 1892г
в) в Вене в 1900г
12. Международная любительская федерация плавания была создана:
- а) в 1900г
б) в 1904г
в) в 1908г
13. Плавание было включено в программу Олимпийских игр:
- а) в 1896г
б) в 1892г
в) в 1900г
14. Дебют российской сборной команды по плаванию на Олимпийских играх состоялся:
- а) в 1916г
б) в 1912г
в) в 1920г
15. Первый зимний плавательный бассейн в СССР был построен:
- а) в 1927г
б) в 1948г
в) в 1950г
16. В каком году в СССР был введен новый комплекс ГТО, который включал плавание для всех возрастов населения от 10 до 60 лет?
- а) в 1969 г.
б) в 1972 г.
в) в 1979 г.
17. 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.
18. Спортивными способами плавания являются:
- а) кроль на груди, кроль на спине, баттерфляй, брасс

- б) кроль на груди, на боку, кроль на спине, дельфин, брасс
в) кроль на груди, кроль на спине, дельфин, брасс, брасс на спине
19. Что означает статическое плавание:
а) отсутствие движения
б) отсутствие движения руками и ногами
в) отсутствие напряжения тела во время движений
г) расслабление мышц рук и ног во время гребков
20. В неподвижном положении на тело пловца действует:
а) силы тяжести тела и выталкивающая сила воды
б) силы гидродинамического давления
в) силы центра сопротивления
21. Во время движения пловца в воде происходит вихреобразование, создающее зону пониженного давления:
а) позади тела
б) впереди тела
в) с левой и правой сторон тела
22. Тормозит продвижение пловца вперед:
а) сила подъемная
б) лобовое сопротивление
в) сила трения
23. Выберите оптимальные углы атаки при плавании кролем:
а) 1-2 градуса
б) 3-5 градусов
в) 0-2 градуса
24. В способе кроль на груди фазами рабочих движений в работе рук является:
а) захват, подтягивание, отталкивание
б) наплыв и основная часть гребка
в) захват, отталкивание, вынос руки вперед
25. В способе кроль на груди к фазе рабочих движений в работе ног относят:
а) удар стопой вниз
б) удар стопой вверх
в) удар стопой в сторону
26. При плавании кролем на спине в движениях рук выделяют:
а) 6 фаз
б) 5 фаз
в) 4 фазы
27. В фазе подтягивание в кроле на спине угол сгибания руки в локтевом суставе достигает
а) 90-120 градусов
б) 100-150 градусов
в) 110-150 градусов
28. В цикле движений ногами в способе брасс выделяют:
а) 2 фазы
б) 3 фазы
в) 4 фазы
29. Рабочей фазой движений ногами в брассе является:
а) подтягивание
б) разворот стоп
в) отталкивание
30. В полном цикле движений рук в брассе условно выделяют:
а) 2 фазы
б) 3 фазы
в) 4 фазы
31. ФИНА официально разделила способы брасс и баттерфляй:
а) в 1952 г
б) в 1948 г
в) в 1956 г
32. Рабочей фазой в движении ног дельфином является:
а) удар стопами вниз
б) удар стопами вверх
в) удар стопами в сторону
33. В фазе захват в способе дельфин кисти пловца:
а) движутся наружу и немного вниз
б) движутся назад
в) движутся немного внутрь и назад
34. 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
35. Сколько групп физических упражнений относят к основным средствам обучения:

а) 3 группы

б) 4 группы

в) 5 групп

36. С помощью, какой группы упражнений решается задача освоение рабочей позы пловца, чувства опоры о воду:

а) подготовительные упражнения для освоения с водой

б) игры и развлечения на воде

в) упражнения для изучения техники спортивных способов плавания

37. Игры, применяемые при обучении плаванию, в зависимости от возраста и подготовленности участников, и делятся:

а) на 2 группы

б) на 3 группы

в) на 4 группы

38. Последовательность и доступность относят:

а) к средствам обучения

б) к методам обучения

в) к принципам обучения

39. Порядок оказания первой помощи (расположите порядок ответов):

а) оценить состояние пострадавшего, осмотреть его;

б) остановить кровотечение - наложить повязки - придать пострадавшему необходимое в зависимости от вида травмы

в) контролировать состояние пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи.

г) привлекая помощника или самостоятельно вызвать скорую медицинскую помощь; выполнить необходимые мероприятия первой помощи:

положение

40. Правила безопасности и поведения на воде, запрещается:

а) Выполнять старты

б) Заходить в воду без тренера

в) Плавать под поверхностью воды

г) Баловаться и топить занимающихся

д) Бегать по бортику бассейна

41. Что должен иметь при себе занимающийся:

а) Плавательный костюм (плавки, купальник), очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки)

б) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки)

в) Плавательный костюм (плавки, купальник), шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности

г) Шапочка для плавания, очки для плавания, мыльные принадлежности, обувь для бассейна (тапочки или кроссовки)

Устный опрос (7 семестр)

1. Классификация плавания.

2. Значение плавания.

3. История возникновения и развития плавания.

4. Первые школы плавания в России.

5. Плавание на Олимпийских играх.

6. История развития водных видов спорта (спортивное плавание, плавание в открытой во-де, прыжки в воду, водное поло, синхронное плавание, подводный спорт).

7. Динамическое и статическое плавание.

8. Физические свойства воды.

9. Основы техники плавания.

10. Техника движений ногами при плавании кролем на спине.

11. Техника движений руками при плавании кролем на спине.

12. Техника общего согласований движений при плавании кролем на спине.

13. Техника движений ногами при плавании кролем на груди.

14. Техника движений руками при плавании кролем на груди.

15. Техника общего согласований движений при плавании кролем на груди.

16. Техника движений ногами при плавании способом брасс на груди.

17. Техника движений руками при плавании способом брасс на груди.

18. Техника общего согласований движений при плавании способом брасс на груди.

19. Техника движений ногами при плавании способом дельфин.

20. Техника движений руками при плавании способом дельфин.

21. Техника общего согласований движений при плавании способом дельфин.

22. Техника выполнения старта с тумбочки.

23. Техника выполнения старта из воды.

24. Характеристика поворотов в плавании.

25. Прикладное плавание.

26. Основы обучения плаванию.

27. Особенности обучения плаванию грудных детей.

28. Особенности обучения плаванию детей дошкольного возраста.

29. Особенности обучения плаванию детей младшего школьного возраста.

30. Особенности обучения плаванию детей среднего школьного возраста.
31. Особенности обучения плаванию в подростковом возрасте.
32. Особенности обучения плаванию взрослых.
33. Организация занятий по плаванию.
34. Составить комплекс упражнений для освоения с водой.
35. Составить комплекс упражнений для обучения скольжению.
36. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами кролем на груди и кролем на спине.
37. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.
38. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.
39. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами брассом.
40. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками брассом.
41. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию брассом в полном согласовании движений с дыханием.
42. Составить комплекс упражнений для обучения движений ногами баттерфляем.
43. Составить комплекс упражнений для обучения движений руками баттерфляем.
44. Составить комплекс упражнений для обучения плаванию баттерфляем в полном согласовании движений с дыханием.
45. Составить комплекс упражнений для совершенствования скольжений.
46. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами кролем на груди и кролем на спине.
47. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками с дыханием кролем на груди и кролем на спине.
48. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания кролем на груди и кролем на спине в полном согласовании движений.
49. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами брассом.
50. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками брассом.
51. Составить комплекс упражнений для совершенствования плавания брассом в полном согласовании движений с дыханием.
52. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений ногами баттерфляем.
53. Составить комплекс упражнений для совершенствования движений руками баттерфляем.
54. Составить комплекс упражнений для обучения старту с тумбочки.
55. Составить комплекс упражнений для обучения повороту «маятник».
56. Составить комплекс упражнений для обучения повороту сальто.
57. Составить комплекс упражнений для обучения прикладному способу на боку.
58. Составить комплекс упражнений для обучения способу брасс на спине.
59. Особенности обучения плаванию в открытых водоемах.
60. Методика спасения тонущего.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Собеседования (устный опрос)
 Практические работы
 Рефераты
 Тест (4 семестр)
 Тест (7 семестр)

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
ЛП.1	Булгакова Н. Ж., Максимова М. Н., Маринич М. Н., Морозов С. Н., Полянская Ю. А., Распопова Е. А., Симагина А. А., Филиппов В. В., Фомиченко Т. Г., Фролов С. Н., Чистова Н. А.	Теория и методика избранного вида спорта: водные виды спорта: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2023

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.2	Булгакова Н. Ж., Максимова М. Н., Маринич М. Н., Морозов С. Н., Полянская Ю. А., Распопова Е. А., Симагина А. А., Филиппов В. В., Фомиченко Т. Г., Фролов С. Н., Чистова Н. А.	Теория и методика обучения предмету "физическая культура": водные виды спорта: учебное пособие для спо	Москва: Юрайт, 2024
Л1.3	Зуева М. В., Герасимов С. Н., Зырянова А. К., Гречанов П. Б.	Плавание. Кроль на груди: учебное пособие	Новосибирск: НГТУ, 2020
Л1.4	Токарь Е. В.	Занятия по плаванию в вузе	Благовещенск: АмГУ, 2017
Л1.5	Гребенников А. М.	Теоретические основы дисциплины «ТиМОБВС: плавание». Часть 1: учебное пособие	Волгоград: ВГАФК, 2015
Л1.6	Ериков В. М., Никулин А. А., Иванникова Т. В.	Теория и методика спортивного и оздоровительного плавания: учебно-методическое пособие	Рязань: РГУ имени С.А.Есенина, 2020
Л1.7	Ериков В. М., Никулин А. А., Иванникова Т. В.	Теория и методика спортивного и оздоровительного плавания: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2025
Л1.8	Ериков В. М., Никулин А. А., Иванникова Т. В.	Организация и проведение спортивной подготовки и судейства спортивных соревнований в избранном виде спорта: спортивное и оздоровительное плавание: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 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

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	ул. Деревня Универсиады д.35 (Учебно-лабораторный корпус)
7.2	Е303 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.3	Е304 (потоковая) - Компьютер ICL RAY, проектор SONOC, экран настенный Projecta, акустическая система, ЖК ТВ LG 55 дюймов 3 шт, доступ к Интернету
7.4	Е305 (потоковая) - Персональный компьютер ICL RAY, ЖК телевизор TCL 75 дюймов, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
7.5	
7.6	Буревестник

7.7	1Б - 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 видеоконференцсвязи 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
7.8	
7.9	Бассейн:
7.10	Плавательный бассейн 50 м с минимальной глубиной 1,35 м
7.11	Переносная видеокамера.
7.12	Плавательные доски и колобашки, ласты, трубки, лопатки, ватерпольные мячи, нудлс, секундомеры (ручной и два стационарных), шест, конец Александрова, тренажер для отработки оказания первой медицинской помощи при утоплении и пр., для организации практических занятий различной направленности.
7.13	Система электронного финиш старта «Омега»
7.14	Электронное табло
7.15	Стартовые тумбы
7.16	Передвижная платформа
7.17	Разделительные дорожки

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 работе с литературой.

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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 иобдуд-манной 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.

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 зачёта.

Зачет по дисциплине предусмотрен учебным планом и является формой промежуточной аттестации. Он проводится в один этап в течение одного дня. Основной формой проведения зачета является опрос по теоретическим вопросам методом

собеседования и/или тестирования.

Цели 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 практических занятий 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 зачету включает три стадии:
- самостоятельная работа в течение учебного года (семестра);
- непосредственная подготовка в дни, предшествующие к зачету;
- подготовка к ответу на вопросы.

Подготовку к 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 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 зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

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

Основным источником подготовки к 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 зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией 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.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

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

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

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа является важнейшим элементом учебного процесса, так как это один из основных методов освоения

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

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



Рабочая программа дисциплины
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ
ВИДАМ СПОРТА
Спортивные и подвижные игры

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики волейбола и баскетбола		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнасти и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественн гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	10 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	360		Виды контроля в семестрах:
в том числе:			экзамены 4
аудиторные занятия	144		зачеты 1, 3
самостоятельная работа	180		
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)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6		18 2/6		18 2/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	4	4	4	4			4	4	12	12
Практические	28	28	28	28	34	34	44	44	138	138
Итого ауд.	32	32	32	32	34	34	48	48	146	146
Контактная работа	32	32	32	32	34	34	48	48	146	146
Сам. работа	40	40	40	40	38	38	60	60	178	178
Часы на контроль							36	36	36	36
Итого	72	72	72	72	72	72	144	144	360	360

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Емельянова Юлия Николаевна; Ст.преп., Небмержицкая Екатерина Васильевна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 10.06.2025 г. № 11

Зав. кафедрой Коновалов И.Е.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	ИЗУЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ НАПРАВЛЕНО НА ФОРМИРОВАНИЕ СЛЕДУЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ: ОПК-1.4 – Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования. ОПК-3.1 – Проводит занятия по физической культуре и спорту. ОПК-3.3 – Осуществляет контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом. ОПК-5.2 – Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту. 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. ОПК-10.2 – Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом. ОПК-14.1 – Организует деятельность участников в сфере физической культуры и спорта. ПК-1.2 – Проводит занятия по физической культуре и спорту. ПК-1.3 – Планирует реализацию программы в сфере образования и спортивной подготовки. 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.13
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	Производственная практика: педагогическая
2.2.2	Учебная практика: педагогическая

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	
ОПК-1.4: Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования	

Знать:
- Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы; - 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:
- Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - 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
Владеть:
- Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки; - 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; - Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Уметь:

Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов;

- Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования;
- Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта

Владеть:

- Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов;
- Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

ОПК-3.3:Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом

Уметь:

- Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов;
- Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать:

- теорию и методику физической культуры.

Уметь:

Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся

Владеть:

Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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 тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма;
- Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Владеть:

- Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта;
- Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе общего образования

ОПК-10.2:Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом
Уметь: - Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма; - Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма
Владеть: - Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта; - 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

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

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать: Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - 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

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; - 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; - Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

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

Знать: - Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - 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. Подвижные игры						
1.1	Введение в предмет. Игра как исторически сложившееся социальное явление. Игра как средство физического воспитания, ее место в системе физического воспитания. /Тема/	1	0				
1.2	Лекция № 1. Основное понятие об игре. Определение подвижной игр, как вида деятельности. Специфические особенности подвижных игр в отличие от спортивных. Теория происхождения и развития игры. Основы игровой деятельности. Игра в труд, их связь и различия. Взгляды на игру отечественных общественных деятелей, педагогов и ученых. Место подвижных игр в различных звеньях системы физического воспитания. Классификация подвижных игр. Значение подвижных игр (образовательное, воспитательное, оздоровительное). Характеристика подвижных игр для занимающихся различного возраста. Техника безопасности при организации и проведении подвижных игр. /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Э1 Э2 Э3 Э4		
1.3	Практическое занятие № 1-2. Подготовка к игре. Предварительный анализ игры. Проведение игры. Размещение играющих место руководителя при объяснении игры. Рассказа и показ игры. Выделение водящих. Распределение на команды. Дисциплина в игре. Выбор капитанов. Выделение помощников. Нагрузка в игре. Окончание игры. Подведение итогов игры. Обеспечение техники безопасности при занятиях подвижными играми. /Пр/	1	4	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31			
1.4	Самостоятельная работа № 1 /Ср/	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.5	Методика организации и проведения подвижных игр. Особенности методики проведения подвижных игр с учащимися различного возраста. /Тема/	1	0				

1.6	Лекция № 2. Особенности планирования игрового материала для различных форм занятий и методика проведения подвижных игр с занимающимися разного возраста. Педагогические требования к организации и проведению подвижных игр. Основные задачи руководителя игры. Выбор игры. Подготовка преподавателя к игре. Конспект игры. Подготовка места, инвентаря. Организация играющих. Объяснение игры. Роль показа. Руководство игрой. Наблюдение и контроль за выполнением правил. Обучение приемам игры. Дозировка игры. Окончание игры. Определение итогов. Оценка выполнения игровых действий и правил игры, поведения играющего коллектива. Методика организации и проведения подвижных игр в различных формах занятий (урочной, внеурочной, внешкольной). /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.7	Практические занятия № 3-7. Подвижные игры для детей школьного возраста 1-4 классов. Примерные подвижные игры для уроков 1-4 классов. Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Игры преимущественно с бегом. Игры преимущественно с прыжками в длину. В высоту и с высоты. Игры с метанием на дальность. Эстафеты. Игры для подростков 5-9 классов. Примерные игры. Подвижные игры для юношей и девушек 10-11 классов. Примерные игры. Подвижные игры на переменах. Игры-аттракционы. Проведение игр во внеклассной работе. /Пр/	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		

1.8	Самостоятельная работа № 2 /Ср/	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.9	Особенности методики проведения подвижных игр во внеклассной работе. Игры в системе оздоровительной и физкультурно-массовой работе с населением. /Тема/	1	0				
1.10	Практические занятия № 8-10 . Характеристика и методика проведения соревнований по подвижным играм. Характеристика и методика проведения подвижных игр в лагерях отдыха (с ориентированием в пространстве, по слуху, на местности). /Пр/	1	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		

1.11	Практическое занятие № 11. Особенности использования подвижных игр в возрастных группах взрослого населения. Подвижные игры, направленные на развитие физических качеств. Подвижные игры, направленные на укрепление здоровья. /Пр/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12		
1.12	Самостоятельная работа № 3 /Ср/	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.13	Содержание и методика проведения подвижных игр на занятиях со студентами. Подвижные игры в занятиях спортом. /Тема/	1	0				

1.14	Практические занятия № 12-14. Подвижные игры в циклических видах спорта. Подвижные игры в занятиях легкой атлетике. Подвижные игры в лыжном спорте. Подвижные игры в занятиях плаванием. Подвижные игры в ациклических видах спорта. Подвижные игры в занятиях футболом. Подвижные игры в занятиях борьбой. Подвижные игры в занятиях гимнастикой. Подвижные игры в хоккее. Подвижные игры в волейболе. Подвижные игры в баскетболе. Использование игр в воспитании физических качеств. Использование игр в совершенствовании технической подготовке. Подвижные игры в воспитании морально-волевых качеств. Использование игр в психологической подготовке. /Пр/	1	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
1.15	Самостоятельная работа № 4 /Ср/	1	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.4-31	Л1.6 Л1.7 Л1.8 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
	Раздел 2. Баскетбол II семестр						
2.1	Основные понятия в теории и методике обучения баскетболу. /Тема/	2	0				

2.2	Лекция № 1. Тема: «Введение в предмет. Место баскетбола в системе физического воспитания. История развития баскетбола. Правила игры». Значение баскетбола как средства физического воспитания школьников. История развития баскетбола. История развития и зарождение баскетбола в СССР. Становление баскетбола как вида спорта. Обзор основных этапов развития его в довоенный период. Термины, используемые в баскетболе. Правила баскетбола. Правила обеспечения техники безопасности и профилактики травматизма при проведении занятий баскетболом. /Лек/	2	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		
2.3	Методика обучения технике нападения в баскетболе. /Тема/	2	0				
2.4	Лекция 2. Тема: «Основы техники и тактики игры и методика обучения. Методика развития физических качеств в баскетболе». Классификация техники. Общие основы методики обучения технике игры. Анализ техники и методика обучения. Основные понятия физических качеств и методики их развития в баскетболе. /Лек/	2	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		

2.5	Практические занятия № 1-8. 1. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях баскетболом. 2. Методика обучения технике нападения: - перемещениям, остановкам и поворотам в баскетболе; - ловле и передаче на месте и в движении; - ведению мяча на месте и в движении в баскетболе; - броску мяча на месте в баскетболе; - броску мяча в движении. - ведению мяча на месте и в движении в баскетболе; - броску мяча на месте в баскетболе; - броску мяча в движении. /Пр/	2	16	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		
2.6	Самостоятельная работа № 1 /Ср/	2	20	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		
2.7	Методика обучения технике нападения в баскетболе. /Тема/	2	0				

2.8	Практические занятия № 9-14. 1. Понятие техники баскетбола в защите: стойка игрока. Методика обучения передвижению в баскетболе. 2. Методика обучения технике овладения мячом: накрывание, выбивание, вырывание в баскетболе. 3. Самостоятельное проведение студентами подготовительной части занятия (урока). /Пр/	2	12	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.7 Л1.8 Л1.11 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
2.9	Самостоятельная работа № 2 /Ср/	2	20	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4		
	Раздел 3. Баскетбол III семестр						
3.1	Закрепление практических навыков /Тема/	3	0				

3.2	Практические занятия № 15-20. 1. Совершенствование техники игры в баскетбол. 2. Методика обучения индивидуальным тактическим действиям в нападении и защите. 3. Составление фрагмента конспекта по обучению техническим приемам игры баскетбол (подбор средств обучения с формулировкой частных задач). 4. Подбор и проведение двух-трех упражнений для развития физических качеств в баскетболе. /Пр/	3	14	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.3 Л1.5 Л1.11 Л1.12 Э1 Э2 Э3 Э4		
3.3	Практические занятия № 21-28. 1. Составление конспекта и проведение урока по баскетболу в 5-9 классах. 2. Составление конспекта и проведение урока по баскетболу в 10-11 классах. /Пр/	3	14	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		
3.4	Организация и проведение соревнований /Тема/	3	0				

3.5	Практические занятия № 29-31. 1. Учебная игра (закрепление пройденного материала в двусторонней игре). 2. Судейство учебных игр в качестве судьи на площадке, секретаря, секундометриста. 3. Сдача контрольных нормативов. /Пр/	3	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.11 Э1 Э2 Э3 Э4		
3.6	Самостоятельная работа № 3 /Ср/	3	38	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.2 Э1 Э2 Э3 Э4		
	Раздел 4. Волейбол						
4.1	Введение в предмет. История возникновения и развития игры в волейбол /Тема/	4	0				

4.2	Лекция № 1. Тема: «Введение в предмет. История возникновения и развития игры в волейбол. Правила соревнований в волейболе» . Введение в предмет. История развития волейбола. История развития и зарождение волейбола в СССР. Становление волейбола как вида спорта. Обзор основных этапов развития его в довоенный период. Выступления советских волейболистов на международных соревнованиях. Характеристика сильнейших национальных команд. Волейбол в России. Волейбол в Татарстане. /Лек/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.3	Методика обучения техническим приемам игры в нападении и защите /Тема/	4	0				
4.4	Практическое занятие № 1-6 . Методика обучения техническим приемам в волейболе: 1) стойкам: основная, низкая; 2) перемещениям: ходьба, бег, перемещение приставными шагами лицом, боком (правым, левым), спиной вперед; двойной шаг, скачок вперед; остановка шагом; 3) передачам мяча сверху двумя руками на месте и после перемещений; 4) нижней прямой подаче; 5) передачам снизу двумя руками; 6) верхней прямой подаче; 7) нападающему удару; 8) блокированию; 9) сдача контрольных нормативов. /Пр/	4	12	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.9 Л1.10		
4.5	Закрепление практических навыков /Тема/	4	0				

4.6	Практическое занятие № 7-9. 1. Составление конспекта и проведение подготовительной части занятия по волейболу. 2. Подбор и проведение двух-трех упражнений для развития физических качеств в волейболе. /Пр/	4	6	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10		
4.7	Самостоятельная работа №1 /Ср/	4	20	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.8	Методика обучения индивидуальным тактическим действиям /Тема/	4	0				

4.9	Лекция № 2. Тема: «Техника и тактика игры в волейбол и методика обучения». Классификация техники игры в волейбол. Характеристика основных технических приемов. Средства и методы обучения технике. Физические качества необходимые в волейболе. /Лек/	4	2	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.10	Закрепление практических навыков /Тема/	4	0				
4.11	Практическое занятие № 10-14. Методика обучения технико-тактическим действиям в волейболе: 1) индивидуальным тактическим действиям в нападении: при подаче, передаче мяча; 4) индивидуальным тактическим действиям в защите: выход под мяч. 3. Правила техники безопасности на занятиях волейболом. /Пр/	4	10	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		

4.12	Самостоятельная работа №2 /Ср/	4	20	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10		
4.13	Методика проведения урока по спортивным играм в школе /Тема/	4	0				
4.14	Практические занятия № 15-18 1. Составление фрагмента конспекта по обучению техническим приемам волейбола (подбор средств обучения с формулировкой частных задач). 2. Сдача контрольных нормативов. 3. Составление конспекта и проведение урока по волейболу в 5-9 классах. 4. Составление конспекта и проведение урока по волейболу в 10-11 классах. /Пр/	4	8	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.15	Организация и проведение соревнований /Тема/	4	0				

4.16	Практическое занятие № 19-22. 1. Учебная игра (закрепление пройденного материала в двусторонней игре). 2. Судейство учебных игр в качестве судьи на площадке, секретаря, секундометриста. /Пр/	4	8	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4		
4.17	Самостоятельная работа № 3 /Ср/	4	20	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.4 Э1 Э2 Э3 Э4		

4.18	Подготовка к экзамену /Экзамен/	4	36	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1 ОПК-3.1-У1 ОПК-3.1-В1 ОПК-3.3-У1 ОПК-5.2-31 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.2-В1 ОПК-10.1-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-31 ОПК-10.2-У1 ОПК-10.2-В1 ОПК-14.1-31 ОПК-14.1-У1 ОПК-14.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.3-У1 ПК-1.3-В1 ПК-1.4-31	Л1.1 Л1.4 Л1.9 Л1.10 Э1 Э2 Э3 Э4		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Подвижные игры

Тестовые задания

1. Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...?

- а) физическими упражнениями
- б) двигательными действиями
- в) подвижными действиями
- г) игровыми действиями

2. В классификации подвижных игр не существует деления по...?

- а) степени сложности
- б) возрасту
- в) виду движения
- г) роли играющих
- д) форме занятия

3. В конце основной части урока проводятся игры на воспитание...?

- а) гибкости
- б) ловкости
- в) быстроты
- г) силы

4. Какого характера игры не проводятся в подготовительной части урока...?

- а) на внимание
- б) малой подвижности для организации внимания
- в) на скорость
- г) с ОРУ

5. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке...

- а) название, ход игры, цель, правила
- б) название, правила, цель, ход игры
- в) название, роли, цель, правила
- г) название, цель, ход игры, роли, правила

6. Где находится учитель при объяснении игры, если учащиеся построены в круг...?

- а) в центре круга
- б) за пределами круга

- в) между играющими чуть впереди
- г) между играющими
- 7. Выбор игры зависит от...
- а) возраст
- б) вес
- в) рост
- г) спортивный разряд
- 8. В начале основной части урока не проводятся игры на воспитание...?
- а) быстроты
- б) гибкости
- в) силы
- г) выносливости
- 9. Подвижные игры характеризуются...?
- а) специально оборудованной площадкой
- б) строгой специализацией игроков
- в) возможностью изменения правил
- г) присвоением спортивных разрядов
- 10. Спортивные игры отличаются от подвижных игр
- а) наличием сюжета...?
- б) строго регламентированным судейством
- в) возможностью изменения правил
- г) возможностью участия всех желающих
- 11. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...?
- а) профилактики гиподинамии и закаливании
- б) развитии физических качеств и
- в) участии в соревнованиях
- г) освоении техники движений
- 12. Воспитательное значение подвижных игр заключается в....?
- а) закаливании
- б) развитии физических качеств и формировании организаторских качеств
- в) изучении народных игр
- г) освоении «школы движений»
- 13. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...?
- а) профилактики гиподинамии и закаливании
- б) развитии физических качеств и
- в) участии в соревнованиях
- г) освоении техники движений
- 14. Каким из способов не выбирают капитана...?
- а) по назначению учителя
- б) по расчету
- в) по выбору играющих
- г) по жребию
- 15. Выберите верное методическое замечание к игре «Перетягивание в парах»?
- а) чаще менять водящих
- б) заранее выучить речитатив
- в) строго соблюдать правила
- г) подобрать равных по силе соперников
- 16. Какому возрасту соответствует игра «Пустое место» ?
- а) 1-4
- б) 5-6
- в) 7-8
- г) 9-11
- 17. Какие движения преимущественно входят в игру «Волк во рву» ?
- а) прыжки в высоту
- б) бег с изменением направления
- в) прыжки в длину
- г) метания на точность
- 18. В каком виде спорта используется игра «Квадрат»?
- а) волейбол
- б) баскетбол
- в) футбол
- г) гандбол
- 19. Какой форме организации занятия соответствует игра «Два стула и веревочка»?
- а) перемена
- б) урок
- в) прогулка
- г) соревнование
- 20. Результаты соревнований по подвижным играм объявляются?

- а) по окончании соревнований
 - б) во время игр
 - в) после каждого конкурса
21. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке?
- а) название, ход игры, цель, правила
 - б) название, правила, цель, ход игры
 - в) название, роли, цель, правила
 - г) название, цель, ход игры, роли, правила
22. Каким из способов не выбирают капитана?
- а) по назначению учителя
 - б) по расчету
 - в) по выбору играющих
 - г) по жребию
23. К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся?
- а) изменение последовательности препятствий
 - б) изменение длины дистанции
 - в) изменение количества команд
 - г) изменения сложности задания
24. Укажите правильную последовательность в методике организации и проведения подвижных игр на уроке?
- а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры
 - б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов
 - в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры
 - г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры
25. Психолого-физиологической характеристике младшего школьного возраста соответствует?
- а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам
 - б) быстро развивается утомление, быстро происходит восстановление
 - в) начало полового созревания
 - г) удлинение конечностей, нарушение координации
26. Психолого-физиологической характеристике среднего школьного возраста соответствует?
- а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам
 - б) быстро развивается утомление, образное мышление
 - в) начало полового созревания, интерес к сверстникам
27. Мышление у детей младшего школьного возраста?
- а) образное
 - б) аналитическое
 - в) последовательное
28. Наиболее рекомендуемыми для использования в младших классах являются игры?
- а) командные, контактные
 - б) коллективные без водящих
 - в) смешанные
 - г) командные, неконтактные
29. Наиболее рекомендуемыми для использования в средних классах являются игры?
- а) командные, контактные
 - б) коллективные без водящих
 - в) коллективные с водящим
 - г) командные, неконтактные
30. Наиболее рекомендуемыми для использования в старших классах являются игры?
- а) полуспортивные
 - б) коллективные без водящих
 - в) смешанные
 - г) командные, неконтактные

Ситуационные задачи

Подобрать подвижную игру для решения образовательных, развивающих, воспитательных задач урока физической культуры

Провести педагогический анализ проведенных подвижных игр

1. Выбрать способ разделения на команды (выбора водящего) в зависимости от возраста играющих и формы занятия.
 2. Подобрать подвижную игру для решения задач подготовительной, основной и заключительной части урока.
 3. Провести полный или частичный показ упражнения при объяснении подвижной игры.
 4. Определить ошибки при выполнении игровых заданий, пути их исправления (провести разбор игры и подвести итоги)
- Провести инструктаж по технике безопасности при проведении подвижной игры.

Составить конспект и провести комплекс упражнений для подготовительной части урока для учащихся различного возраста (по заданию)

Практические работы

1. Подобрать подвижные игры для урочной формы занятий с учащимися младших, средних и старших классов
2. Провести фрагмент урока с применением подвижных игр для учащихся младших, средних и старших классов.
3. Составить сценарий и провести фрагмент спортивно-массового мероприятия с использованием подвижных игр для учащихся младших, средних и старших классов..
4. Разработать конспект и провести фрагмент урока с применением подвижных игр (на оценку)
5. Провести подвижные игры для занятий спортом.
6. Провести подвижные игры для внеурочных форм занятий (на перемене, на прогулке, игры аттракционы)

Вопросы для проведения промежуточной аттестации (зачет)

1. Понятие об игровой деятельности. Определение подвижной игры как вида деятельности.
2. Теории происхождения и развития игры. История происхождения и распространения подвижных игр.
3. Специфические особенности подвижных игр. Отличие подвижных игр от спортивных.
4. Оздоровительное значение подвижных игр.
5. Образовательное значение подвижных игр.
6. Воспитательное значение подвижных игр.
7. Типология и классификация подвижных игр в педагогической практике.
8. Подвижные игры для учащихся 1-4 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.
9. Подвижные игры для учащихся 5-6 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.
10. Подвижные игры для учащихся 7-9 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.
11. Подвижные игры для учащихся 10-11 классов: характеристика, особенности организации и методики проведения.
12. Критерии выбора подвижной игры. Подготовка руководителя к игре. Предварительный анализ игры.
13. Подготовка места для проведения подвижных игр, разметка площадки. Подготовка инвентаря для подвижных игр.
14. Размещение играющих и место руководителя при объяснении игры.
15. Требования к рассказу и порядок объяснения подвижной игры. Роль и место показа во время объяснения игры.
16. Способы выбора водящего и их характеристика.
17. Способы распределения игроков на команды и их характеристика. Выбор помощников и капитанов команд.
18. Основные задачи руководителя игры. Наблюдение за ходом игры и поведением играющих. Руководство процессом игры, судейство.
19. Дозировка физической нагрузки в процессе игры.
20. Окончание игры. Подведение итогов игры и ее обсуждение.
21. Оздоровительные задачи подвижных игр в спорте.
22. Образовательные задачи подвижных игр в спорте.
23. Воспитательные задачи подвижных игр в спорте.
24. Методика применения подвижных игр для отбора в спорте.
25. Методика использования подвижных игр для физической, технической, тактической, морально-волевой подготовки юных спортсменов.

Баскетбол

Тестовые задания

1. Назовите дату изобретения баскетбола?
а) - 1901 б) 1891 в) - 1881
2. В каком году были изданы первые правила баскетбола?
а) 1894 б) 1893 в) 1896
3. Каким мячом играли в первой игре?
а) волейбольным б) каучуковым в) футбольным
4. Где и в каком году состоялся первый международный турнир по баскетболу?
а) В Париже в 1919 г б) В Риме в 1919 г. в) В Париже в 1909 г.
5. В каком году была основана международная федерация баскетбола (ФИБА)?
а) 1920 г. б) 1932 г. в) 1924 г.
6. Что запрещалось первыми правилами в баскетболе?
а) Бегать с мячом б) вести мяч в) бросать мяч одной рукой
7. Размеры баскетбольной площадки
а) 16 x 8 б) 20 x 15 в) 28 x 15 г) 25 x 14
8. Высота до кольца
а) 3,5 м б) 3.05 м в) 3.15 м г) 3,10 м.
9. Сколько длится один тайм-аут
а) 1 мин. б) 5 мин. в) 2 мин. г) 1.30 мин.
10. Сколько замен может произвести команда в течение одного периода?
а) неограниченно б) 2 в) 5 г) 15
11. Сколько персональных фалов может иметь один игрок
а) неограниченно б) 6 в) 3 г) 5

12. Общая продолжительность времени игры

- а) 10 мин б) 40 мин в) 20 мин г) 5 мин

Ситуационные задачи

1. Подобрать упражнение для одного из этапов обучения техническому приему (начальное обучение)
2. Провести комплекс упражнения для обучения техническому приему (начальное обучение)
3. Участвовать в проведении соревнования (фрагмента) по баскетболу: составление положения о проведении соревнований
4. Участие в учебной игре
5. Подготовить конспект и провести урок по баскетболу для учащихся различных классов (по заданию преподавателя)

Практические работы

1. Составление упражнений по обучению техническим приемам баскетбола.
2. Проведение урока физической культуры с использованием средств баскетбола.

Вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. История развития и возникновение баскетбола.
2. Эволюция игры: правил, техники и тактики.
3. Классификация техники в баскетболе.
4. Оборудование и инвентарь (площадка, щит, мяч, корзина)
5. Техническое оборудование игры.
6. Методика обучения технике броска одной рукой с места.
7. Методика обучения технике броска одной рукой в движении.
8. Методика обучения стойке баскетболиста в нападении.
9. Методика обучения стойке баскетболиста в защите.
10. Методика обучения технике передвижения в нападении.
11. Методика обучения технике передвижения в защите.
12. Методика обучения технике остановки двумя шагами.
13. Методика обучения технике остановки прыжком.
14. Методика обучения технике поворотов без мяча и с мячом.
15. Методика обучения ловли и передачи 2 руками от груди.
16. Методика обучения технике ведения мяча на месте.
17. Методика обучения технике ведения мяча в движении.
18. Методика обучения технике броска с места
19. Методика обучения технике отбора мяча: вырывание, выбивание
20. Методика обучения технике броска с двух шагов
21. Методика обучения технике броска в прыжке
22. Методика обучения технике накрывания
23. Организация и проведение занятий по баскетболу.
24. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по баскетболу.
25. Травматизм в баскетболе. Средства и методы восстановления баскетболистов.

Волейбол

Тестовые задания

1. Дата изобретения волейбола?
 - а) 1972
 - б) 1895
 - в) 1891
2. В каком году были изданы первые правила волейбола?
 - а) 1894
 - б) 1893
 - в) 1897
3. Каким мячом играли в первой игре?
 - а) каучуковым
 - б) резиновая камера в кожаном футляре
 - в) волейбольным
4. Где и в каком году состоялся первый общенациональные соревнования по волейболу?
 - а) В Бруклине в 1922 г.
 - б) В Калифорнии в 1932 г.
 - в) В Риме в 1919 г.
5. В каком году была основана международная федерация волейбола?
 - а) 1947 г.
 - б) 1928 г.
 - в) 1932 г.
6. Основатель игры в волейболе?
 - а) Джеймс Браун

- б) Поль Либо
в) Уильям Дж.Морган
7. Где и в каком году состоялся первый чемпионат мира по волейболу среди мужских команд?
а) Прага, 1949 г.
б) Москва, 1952 г.
в) Япония, 1952 г.
8. Какая страна стала первым Олимпийским чемпионом по волейболу среди женских команд?
а) Япония
б) Аргентина
в) Бразилия
9. Дата рождения волейбола в нашей стране?
а) 28 июля 1923 г.
б) 28 июля 1933 г.
в) 28 июля 1932 г.
г) 28 июля 1921 г.
10. Когда был проведен первый волейбольный матч в СССР?
а) 28 июля 1921 г.
б) 28 июля 1923 г.
в) 28 июля 1922 г.
г) 28 июля 1924 г.
11. Размеры волейбольной площадки
а) 8х16 м
б) 9х18 м
в) 9,5х19 м
г) 25х14 м
12. Высота мужской сетки
а) 2,45 м
б) 2,42 м
в) 2,43 м
г) 2,34 м
13. Высота женской сетки?
а) 2,32 м
б) 2,24 м
в) 2,43 м
г) 2,44 м
14. Вес волейбольного мяча:
а) 260-280 г
б) 340-360 г
в) 360-380 г
г) 300-320 г
15. Разрешено ли касание сетки мячом при подаче?
а) разрешено, при условии, если мяч упадет на сторону соперника;
б) не разрешено;
в) разрешено;
г) разрешено, если подача подкрученная.
16. Заступ средней линии засчитывается, если:
а) стопа или кисть полностью пересекли среднюю линию;
б) часть стопы или кисти находится на средней линии или над ней;
в) большая часть стопы находится на стороне соперника.
17. Разрешено ли касание сетки мячом при подаче?
а) разрешено, при условии, если мяч упадет на сторону соперника;
б) не разрешено;
в) разрешено;
г) разрешено, если подача подкрученная.
18. На каком расстоянии от площадки должны находиться посторонние предметы в классическом волейболе?
а) 1 - 2 м;
б) 2 - 3 м;
в) 9 - 10 м;
г) 3 - 5 м.
19. Заступ средней линии засчитывается, если:
а) стопа или кисть полностью пересекли среднюю линию;
б) часть стопы или кисти находится на средней линии или над ней;
в) большая часть стопы находится на стороне соперника.
20. Продолжительность перерывов в волейболе?
а) 1 мин;
б) 15 с;
в) 25 с;
г) 30 с.

Ситуационные задачи

Подобрать упражнения для одного из этапов обучения техническому приему (начальное обучение)

Составить комплекс упражнений для обучения техническому приему (начальное обучение)

Провести фрагмент урока по обучению технике волейбола.

Подготовить конспект и провести фрагмент урока по волейболу для учащихся различных классов (по заданию преподавателя)

Проведение соревнования (фрагмента) по волейболу: составление положения о проведении соревнований

Выполнения обязанностей судей и судейство учебных игр (секретаря, судьи в поле).

Участие в учебной игре:

Практические работы

1. Составление упражнений по обучению техническим приемам волейбола:

- написание конспектов по обучению техническим приемам;
- написание конспектов урока по физической культуре (волейбол).

2. Проведение фрагмента урока физической культуры с использованием средств волейбола:

-практическая демонстрация профессионально-педагогических умений и опыта владения организацией группы занимающихся при проведении урока по спортивным играм;

-практическая демонстрация техники волейбола;

- проведение упражнений по обучению техническим приемам волейбола;

-проведение фрагмента урока, содержащего составленные упражнения;

-демонстрация командного голоса и владения терминологией волейбола при объяснении техники двигательного действия;

-проведение фрагмента урока с использованием приемов помощи и страховки при обучении спортивным играм.

При проведении занятий студент должен предоставить оформленный по форме конспект

Вопросы для проведения промежуточной аттестации

1. История развития и возникновение волейбола.
2. Эволюция игры: правил, техники и тактики.
3. Классификация техники в волейболе.
4. Значение волейбола в системе физического воспитания.
5. Особенности волейбола как средства физического воспитания.
6. Оборудование и инвентарь (площадка, щит, мяч, корзина)
7. Правила владения мячом.
8. Судьи и их обязанности.
9. Организация и проведение соревнований по волейболу в школе.
10. Методика обучения технике стойки и перемещений в волейболе.
11. Методика обучения технике передачи мяча снизу двумя руками.
12. Методика обучения передаче мяча сверху двумя руками.
13. Методика обучения верхней прямой подачи.
14. Методика обучения технике блокированию.
15. Методика обучения технике нападающего удара.
16. Определение ошибок и их исправление (на примере одного из приемов техники).
17. Организация и проведение урока по волейболу.
18. Подвижные игры как средство подготовки в волейболе.
19. Травматизм в волейболе. Предупреждение травм на занятиях волейболом.
20. Оборудование и инвентарь для урока по волейболу.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

Подвижные игры

Тестовые задания

1. Подвижная игра – сознательная деятельность человека, характеризующаяся активными...?

- а) физическими упражнениями
- б) двигательными действиями
- в) подвижными действиями
- г) игровыми действиями

2. В классификации подвижных игр не существует деления по...?

- а) степени сложности
- б) возрасту
- в) виду движения
- г) роли играющих
- д) форме занятия

3. В конце основной части урока проводятся игры на воспитание...?
- а) гибкости
 - б) ловкости
 - в) быстроты
 - г) силы
4. Какого характера игры не проводятся в подготовительной части урока...?
- а) на внимание
 - б) малой подвижности для организации внимания
 - в) на скорость
 - г) с ОРУ
5. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке...
- а) название, ход игры, цель, правила
 - б) название, правила, цель, ход игры
 - в) название, роли, цель, правила
 - г) название, цель, ход игры, роли, правила
6. Где находится учитель при объяснении игры, если учащиеся построены в круг...?
- а) в центре круга
 - б) за пределами круга
 - в) между играющими чуть впереди
 - г) между играющими
7. Выбор игры зависит от...
- а) возраст
 - б) вес
 - в) рост
 - г) спортивный разряд
8. В начале основной части урока не проводятся игры на воспитание...?
- а) быстроты
 - б) гибкости
 - в) силы
 - г) выносливости
9. Подвижные игры характеризуются...?
- а) специально оборудованной площадкой
 - б) строгой специализацией игроков
 - в) возможностью изменения правил
 - г) присвоением спортивных разрядов
10. Спортивные игры отличаются от подвижных игр
- а) наличием сюжета...?
 - б) строго регламентированным судейством
 - в) возможностью изменения правил
 - г) возможностью участия всех желающих
11. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...?
- а) профилактики гиподинамии и закаливания
 - б) развитии физических качеств и
 - в) участии в соревнованиях
 - г) освоении техники движений
12. Воспитательное значение подвижных игр заключается в....?
- а) закаливании
 - б) развитии физических качеств и формировании организаторских качеств
 - в) изучении народных игр
 - г) освоении «школы движений»
13. Оздоровительное значение подвижных игр заключается в...?
- а) профилактики гиподинамии и закаливания
 - б) развитии физических качеств и
 - в) участии в соревнованиях
 - г) освоении техники движений
14. Каким из способов не выбирают капитана...?
- а) по назначению учителя
 - б) по расчету
 - в) по выбору играющих
 - г) по жребию
15. Выберите верное методическое замечание к игре «Перетягивание в парах»?
- а) чаще менять водящих
 - б) заранее выучить речитатив
 - в) строго соблюдать правила
 - г) подобрать равных по силе соперников
16. Какому возрасту соответствует игра «Пустое место» ?
- а) 1-4
 - б) 5-6

- в) 7-8
г) 9-11
17. Какие движения преимущественно входят в игру «Волк во рву» ?
а) прыжки в высоту
б) бег с изменением направления
в) прыжки в длину
г) метания на точность
18. В каком виде спорта используется игра «Квадрат»?
а) волейбол
б) баскетбол
в) футбол
г) гандбол
19. Какой форме организации занятия соответствует игра «Два стула и веревочка»?
а) перемена
б) урок
в) прогулка
г) соревнование
20. Результаты соревнований по подвижным играм объявляются?
а) по окончании соревнований
б) во время игр
в) после каждого конкурса
21. Укажите верную последовательность объяснения игры на уроке?
а) название, ход игры, цель, правила
б) название, правила, цель, ход игры
в) название, роли, цель, правила
г) название, цель, ход игры, роли, правила
22. Каким из способов не выбирают капитана?
а) по назначению учителя
б) по расчету
в) по выбору играющих
г) по жребию
23. К способам регулирования нагрузки в подвижных играх не относятся?
а) изменение последовательности препятствий
б) изменение длины дистанции
в) изменение количества команд
г) изменения сложности задания
24. Укажите правильную последовательность в методике организации и проведения подвижных игр на уроке?
а) выбор игры; обеспечение инвентарем; разделение на команды и выбор водящих; определение задач; судейство; подведение итогов; окончание игры
б) выбор игры; подготовка места для игры и инвентаря; разделение на команды и размещение игроков; объяснение игры; судейство; окончание игры; подведение итогов
в) выбор игры; подготовка места для игры; разделение на команды; обеспечение инвентарем; объяснение игры; судейство; подведение итогов; окончание игры
г) выбор игры; разделение на команды и размещение игроков; определение задач; объяснение игры; обеспечение инвентарем; судейство; окончание игры
25. Психолого-физиологической характеристике младшего школьного возраста соответствует?
а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам
б) быстро развивается утомление, быстро происходит восстановление
в) начало полового созревания
г) удлинение конечностей, нарушение координации
26. Психолого-физиологической характеристике среднего школьного возраста соответствует?
а) сознательное отношение к своим и чужим поступкам
б) быстро развивается утомление, образное мышление
в) начало полового созревания, интерес к сверстникам
27. Мышление у детей младшего школьного возраста?
а) образное
б) аналитическое
в) последовательное
28. Наиболее рекомендуемые для использования в младших классах являются игры?
а) командные, контактные
б) коллективные без водящих
в) смешанные
г) командные, неконтактные
29. Наиболее рекомендуемые для использования в средних классах являются игры?
а) командные, контактные
б) коллективные без водящих
в) коллективные с водящим
г) командные, неконтактные

30. Наиболее рекомендуемыми для использования в старших классах являются игры?

- а) полуспортивные
- б) коллективные без водящих
- в) смешанные
- г) командные, неконтактные

Баскетбол

Тестовые задания

1. Назовите дату изобретения баскетбола?
а) 1901 б) 1891 в) 1881
2. В каком году были изданы первые правила баскетбола?
а) 1894 б) 1893 в) 1896
3. Каким мячом играли в первой игре?
а) волейбольным б) каучуковым в) футбольным
4. Где и в каком году состоялся первый международный турнир по баскетболу?
а) В Париже в 1919 г б) В Риме в 1919 г. в) В Париже в 1909 г.
5. В каком году была основана международная федерация баскетбола (ФИБА)?
а) 1920 г. б) 1932 г. в) 1924 г.
6. Что запрещалось первыми правилами в баскетболе?
а) Бегать с мячом б) вести мяч в) бросать мяч одной рукой
7. Размеры баскетбольной площадки
а) 16 x 8 б) 20 x 15 в) 28 x 15 г) 25 x 14
8. Высота до кольца
а) 3,5 м б) 3.05 м в) 3.15 м г) 3,10 м.
9. Сколько длится один тайм-аут
а) 1 мин. б) 5 мин. в) 2 мин. г) 1.30 мин.
10. Сколько замен может произвести команда в течение одного периода?
а) неограниченно б) 2 в) 5 г) 15
11. Сколько персональных фалов может иметь один игрок
а) неограниченно б) 6 в) 3 г) 5
12. Общая продолжительность времени игры
а) 10 мин б) 40 мин в) 20 мин г) 5 мин

Волейбол

Тестовые задания

1. Дата изобретения волейбола?
а) 1972
б) 1895
в) 1891
2. В каком году были изданы первые правила волейбола?
а) 1894
б) 1893
в) 1897
3. Каким мячом играли в первой игре?
а) каучуковым
б) резиновая камера в кожаном футляре
в) волейбольным
4. Где и в каком году состоялся первый общенациональные соревнования по волейболу?
а) В Бруклине в 1922 г.
б) В Калифорнии в 1932 г.
в) В Риме в 1919 г.
5. В каком году была основана международная федерация волейбола?
а) 1947 г.
б) 1928 г.
в) 1932 г.
6. Основатель игры в волейболе?
а) Джеймс Браун
б) Поль Либо
в) Уильям Дж.Морган
7. Где и в каком году состоялся первый чемпионат мира по волейболу среди мужских команд?
а) Прага, 1949 г.
б) Москва, 1952 г.
в) Япония, 1952 г.
8. Какая страна стала первым Олимпийским чемпионом по волейболу среди женских команд?
а) Япония
б) Аргентина

- в) Бразилия
9. Дата рождения волейбола в нашей стране?
- а) 28 июля 1923 г
- б) 28 июля 1933 г
- в) 28 июля 1932 г
- г) 28 июля 1921 г
10. Когда был проведен первый волейбольный матч в СССР?
- а) 28 июля 1921 г
- б) 28 июля 1923 г
- в) 28 июля 1922 г
- г) 28 июля 1924 г
11. Размеры волейбольной площадки
- а) 8х16 м
- б) 9х18 м
- в) 9,5х19 м
- г) 25х14 м
12. Высота мужской сетки
- а) 2,45 м
- б) 2,42 м
- в) 2,43 м
- г) 2,34 м
13. Высота женской сетки?
- а) 2,32 м
- б) 2,24 м
- в) 2,43 м
- г) 2,44 м
14. Вес волейбольного мяча:
- а) 260-280 г
- б) 340-360 г
- в) 360-380 г
- г) 300-320 г
15. Разрешено ли касание сетки мячом при подаче?
- а) разрешено, при условии, если мяч упадет на сторону соперника;
- б) не разрешено;
- в) разрешено;
- г) разрешено, если подача подкрученная.
16. Заступ средней линии засчитывается, если:
- а) стопа или кисть полностью пересекли среднюю линию;
- б) часть стопы или кисти находится на средней линии или над ней;
- в) большая часть стопы находится на стороне соперника.
17. Разрешено ли касание сетки мячом при подаче?
- а) разрешено, при условии, если мяч упадет на сторону соперника;
- б) не разрешено;
- в) разрешено;
- г) разрешено, если подача подкрученная.
18. На каком расстоянии от площадки должны находиться посторонние предметы в классическом волейболе?
- а) 1 - 2 м;
- б) 2 - 3 м;
- в) 9 - 10 м;
- г) 3 - 5 м.
19. Заступ средней линии засчитывается, если:
- а) стопа или кисть полностью пересекли среднюю линию;
- б) часть стопы или кисти находится на средней линии или над ней;
- в) большая часть стопы находится на стороне соперника.
20. Продолжительность перерывов в волейболе?
- а) 1 мин;
- б) 15 с;
- в) 25 с;
- г) 30 с.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Тестовые задания
Ситуационная задача
Практическая работа

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
ЛП.1	Фетисова С. Л., Фокин А. М., Лобанов Ю. Я.	Волейбол: учебное пособие	Санкт-Петербург: РГПУ им. А. И. Герцена, 2018
ЛП.2	Емельянова Ю. Н., Коновалов И. Е., Матвиенко О. В., Серебренникова Н. А., Шаган В. П., Солдатова С. О.	Самостоятельная работа студентов по дисциплине теория и методика обучения базовым видам спорта: спортивные и подвижные игры (баскетбол): учебно-методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2019
ЛП.3	Изосимова А. В., Чинкин С. С., Миндубаев А. М., Харисова Ч. А., Вахитов И. Х.	Методика преподавания баскетбола в ВУЗе: учебное пособие	Казань: КГАВМ им. Баумана, 2020
ЛП.4	Гаврилова Л. Г., Овчаров В. А.	Организация и проведение соревнований по волейболу. Методика судейства: учебно-методическое пособие	Волгоград: ВГАФК, 2016
ЛП.5	Буров А. В., Березина Л. А., Калинин В. Е.	Методика обучения элементам техники игры в баскетбол: учебное пособие	Волгоград: ВГАФК, 2017
ЛП.6	Ветрова И. В., Люлина Н. В., Тарапатин С. В.	Подвижные игры в физическом воспитании: учебно-методическое пособие	Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2019
ЛП.7	Мезенцева В. А.	Подвижные игры: методические указания	Самара: СамГАУ, 2021
ЛП.8	Мелешкова Н. А.	Методика организации подвижных игр в процессе занятий физической культурой и спортом: учебное пособие для обучающихся по основной профессиональной образовательной программе высшего образования – программе специалитета по специальности 31.05.02 «педиатрия»	Кемерово: КемГМУ, 2022
ЛП.9	Сидоров Д. Г.	Методика обучения техническим приемам игры в волейболе: учеб.-метод. пос.	Нижний Новгород: ННГАСУ, 2022
ЛП.10	Голубенцов С. Л., Мостовая Н. В., Кармазинская Ю. О.	Волейбол: учебное пособие	Самара: СамГУПС, 2022
ЛП.11	Коновалов В. Л., Погодин В. А.	Баскетбол: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2024
ЛП.12	Сысоев А. В., Лозученко В. В., Есин С. А.	Применение подвижных игр на уроках физической культуры в высших учебных заведениях: учебно-методическое пособие	Новосибирск: СГУПС, 2024
6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы			
Э1	ЭБС Лань : сайт. – Санкт-Петербург, 2017		
Э2	ЭБС Юрайт : [сайт]. – Москва, 2013		
Э3	eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000		
Э4	Поволжский университет физической культуры, спорта и туризма : сайт.		
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	Подвижные игры
7.2	1. Спортивный зал (385,5 м2), 2 раздевалки (2х45 м2).
7.3	2. Инвентарь: мячи (20 шт.), манишки (10 шт. 2 цвета), фишки (20 шт.), конусы (20 шт.), скакалки (20 шт.), обручи (20 шт.).
7.4	3. Учебно-методическая аудитория (34,2 м2).
7.5	4. Персональный компьютер ICL RAY, мышь, клавиатура, доступ к Интернету.
7.6	5. ЖК телевизор LG 55ln549e.
7.7	6. Стенды (1 шт.): для обеспечения наглядности методического материала.
7.8	7. Читальный зал (1130,42 м2). Инфомат ЭСБУС.
7.9	Волейбол
7.10	1. Спортивный зал (385,5 м2), 2 раздевалки (2х45 м2).
7.11	2. Инвентарь: мячи (20 шт.), манишки (10 шт. 2 цвета), фишки (20 шт.), конусы (20 шт.), переносные стойки, сетка.
7.12	3. Учебно-методическая аудитория (34,2 м2).
7.13	4. Персональный компьютер ICL RAY, мышь, клавиатура, доступ к Интернету.
7.14	5. ЖК телевизор LG 55ln549e.
7.15	6. Магнитный макет волейбольного поля с фишками (1 шт.): для наглядного рассмотрения тактических схем и расстановок.
7.16	7. Стенды (1 шт.): для обеспечения наглядности методического материала.
7.17	8. Читальный зал (1130,42 м2). Инфомат ЭСБУС.
7.18	Баскетбол
7.19	1. Спортивный зал (771 м2), 2 раздевалки (2х45 м2) .
7.20	2. Инвентарь: мячи (20 шт.), манишки (10 шт. 2 цвета), фишки (20 шт.), конусы (20 шт.), кольцо + щит (4 стационарных, 2 переносных).
7.21	3. Учебно-методическая аудитория (34,2 м2).
7.22	4. Персональный компьютер ICL RAY, мышь, клавиатура, доступ к Интернету.
7.23	5. ЖК телевизор LG 55ln549e.
7.24	6. Магнитный макет баскетбольного поля с фишками (1 шт.): для наглядного рассмотрения тактических схем и расстановок.
7.25	7. Стенды (1 шт.): для обеспечения наглядности методического материала.
7.26	8. Читальный зал (1130,42 м2). Инфомат ЭСБУС.
7.27	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.28	- 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;
7.29	- 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;
7.30	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.31	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.
7.32	

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. 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.
 2. 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.
 3. 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 или содержательному модулю. Проводится в конце изучения данной дисциплины в форме экзамена/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 экзаменационного билета. Каждый экзаменационный билет включает 2 теоретических вопроса и одно практическое задание (ситуационная задача, демонстрация опыта практической деятельности, решение задач и т.п.). Экзаменационный тест содержит 50 вопросов и ситуационных задач.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

10. ПРИЛОЖЕНИЯ

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



Рабочая программа дисциплины **ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА** **Лыжная подготовка**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики лыжного спорта, гольфа и стрелкового спорта		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	5 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	180		Виды контроля в семестрах:
в том числе:			зачеты 2, 3
аудиторные занятия	80		
самостоятельная работа	100		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		2 (1.2)		3 (2.1)		Итого	
Неделя	18 2/6		20 3/6		18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	4	4			10	10
Практические	26	26	28	28	18	18	72	72
Итого ауд.	32	32	32	32	18	18	82	82
Контактная работа	32	32	32	32	18	18	82	82
Сам. работа	40	40	40	40	18	18	98	98
Итого	72	72	72	72	36	36	180	180

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Галиев Ришат Ринатович; Доц., Гарифуллин Адель Илшатович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от _____ 2025 г. № ____

Зав. кафедрой Галиев Р.Р.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Дисциплина предназначена для формирования у студентов теоретических знаний и практических навыков в области лыжной подготовки

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
2.1.1	Дисциплина Б1.О.13.05 Теория и методика обучения базовым видам спорта: лыжная подготовка относится к обязательной части Блока 1 Дисциплины (модули) ОПОП ВО. В соответствии с учебным планом дисциплина изучается на 1 и 2 курсе очной формы обучения. Виды промежуточной аттестации – зачет (2, 3 семестр).	
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
2.2.1	Физическая культура и спорт	
2.2.2	Элективные дисциплины по физической культуре и спорту	
2.2.3	Теория и методика обучения базовым видам спорта	
2.2.4	Гимнастика	
2.2.5	Легкая атлетика	
2.2.6	Спортивные и подвижные игры	
2.2.7	Лыжная подготовка	
2.2.8	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта	

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ

ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:

Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы

Знать:

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

Владеть:

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

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

значение и виды лыжного спорта как базовых видов спорта

Уметь:

Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов

Владеть:

Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать:

Теория и методика физической культуры

Уметь: Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся
Владеть: Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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 тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма
Владеть: Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

ОПК-10.2: Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать: Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом
Уметь: Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма
Владеть: Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

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

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

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать: Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
Уметь: применять методы организации учебной деятельности на занятиях по лыжной подготовке с учетом материально-технических возможностей учебного заведения (организации), возрастных особенностей занимающихся
Владеть: обеспечения безопасности при проведении занятии по лыжному спорту

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

Знать: воспитательные возможности занятий лыжным спортом
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

Знать: терминологию лыжного спорта
Уметь: Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
Владеть: обучения способам передвижения на лыжах

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. Модуль 1						
1.1	Введение в курс «Теория и методика обучения базовым видам спорта: Лыжный спорт». /Тема/	1	0				
1.2	Лыжный спорт как наука и предмет познания. Содержание и задачи курса, его взаимосвязь со спортивно-педагогическими и медико-биологическими дисциплинами. Лыжный спорт в системе физического воспитания. Специфика организации и проведения учебного процесса по курсу Лыжный спорт /Лек/	1	2		Л2.1		
1.3	Зарождение и развитие лыжного спорта /Тема/	1	0				
1.4	История развития лыжного спорта в России и в Республике Татарстан. Общая характеристика современных олимпийских видов лыжного спорта: лыжных гонок, прыжков на лыжах с трамплина, лыжного двоеборья, горнолыжного спорта, биатлона, фристайла, сноуборда. Нормы ГТО. /Лек/	1	2				
1.5	Лыжный инвентарь, его хранение и уход за ним /Тема/	1	0				
1.6	Характеристики лыж, типы лыжных креплений, элементы лыжных палок. Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасной транспортировки лыжного инвентаря. Методика подбора лыжного инвентаря, технологии постановки креплений на лыжи. Требования к одежде и обуви лыжника. Специфика подготовки лыж в зависимости от стиля передвижения (классический, свободный). /Лек/	1	2				
1.7	Анализ техники и методика обучения способам передвижения на лыжах классическим стилем /Тема/	1	0				

1.8	Ознакомление, обучение и совершенствование техники классических лыжных ходов: одновременный бесшажный, попеременный двухшажный, одновременный одношажный и одновременный двухшажный. Этапы обучения. Формы организации занятий по лыжному спорту и лыжной подготовке. Методы, средства, методические приемы, применяемые при обучении конкретным классическим ходам. Практический норматив: демонстрация основ техники классических лыжных ходов с выполнением норматива: Ж (3 км – 21.00 мин) и М (5 км – 27.00 мин). /Пр/	1	26				
1.9	Основы техники передвижения на лыжах /Тема/	1	0				
1.10	Классические и коньковые лыжные ходы. Техника преодоления подъемов. Техника прохождения спусков и неровностей. Техника торможения. Повороты в движении и на месте. /Ср/	1	40				
	Раздел 2. Модуль 2						
2.1	Анализ техники и методика обучения преодоления подъемов, спусков и неровностей /Тема/	2	0				
2.2	Ознакомление, обучение и совершенствование техники преодоления подъемов: «елочкой», «полуелочкой» и «лесенкой». Ознакомление, обучение и совершенствование техники преодоления спусков: высокая, средняя (основная) и низкая стойка. Ознакомление, обучение и совершенствование техники преодоления неровностей. /Лек/	2	2				
2.3	Анализ техники и методика обучения способам торможений и поворотов /Тема/	2	0				
2.4	Ознакомление, обучение и совершенствование техники торможения: «плугом», «полуплугом», падением. Ознакомление, обучение и совершенствование техники поворотов: переступанием, «полуплугом», «плугом», на параллельных лыжах. /Пр/	2	28				
2.5	Анализ техники и методика обучения способам передвижения на лыжах свободным стилем /Тема/	2	0				

2.6	Ознакомление, обучение и совершенствование техники коньковых лыжных ходов: полуконьковый, одновременный двухшажный (горный вариант), коньковый ход без отталкивания руками (с махами и без махов руками), попеременный двухшажный, одновременный двухшажный (равнинный вариант), одновременный одношажный. Этапы обучения. Методы, средства, методические приемы, применяемые при обучении конкретным коньковым лыжным ходам. Практический норматив: демонстрация основ техники коньковых лыжных ходов с выполнением норматива: Ж (3 км – 20.00 мин) и М (5 км – 26.00 мин). /Лек/	2	2				
2.7	Характеристики лыж, типы лыжных креплений, элементы лыжных палок. /Тема/	2	0				
2.8	Представление о современном лыжном инвентаре. Правила безопасной транспортировки лыжного инвентаря. Методика подбора лыжного инвентаря, технологии постановки креплений на лыжи. Требования к одежде и обуви лыжника. Специфика подготовки лыж в зависимости от стиля передвижения (классический, свободный). Классические и коньковые лыжные ходы. Техника преодоления подъемов. Техника прохождения спусков и неровностей. Техника торможения. Повороты в движении и на месте. Причины возникновения и меры предупреждения травматизма на занятиях лыжным спортом. /Ср/	2	40				
	Раздел 3. Модуль 3						
3.1	Методика обучения способам передвижения на лыжах классическим стилем /Тема/	3	0				
3.2	Подготовка план-конспекта и проведение урока по лыжной подготовке. Педагогический анализ урока по лыжной подготовке. /Пр/	3	6				
3.3	Методика обучения способам передвижения на лыжах свободным стилем /Тема/	3	0				
3.4	Подготовка план-конспекта и проведение урока по лыжной подготовке. Педагогический анализ урока по лыжной подготовке. /Пр/	3	10				
3.5	Анализ техники передвижения на лыжах свободным стилем /Тема/	3	0				
3.6	Методы, средства, методические приемы, применяемые при обучении конкретным коньковым лыжным ходам. /Ср/	3	20				

5.1. Контрольные вопросы и задания

ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

1. На сколько групп подразделяются классические лыжные ходы?
2. На сколько групп подразделяются коньковые лыжные ходы?
3. Основой техники классического попеременного двухшажного хода является...
4. Назовите основной принцип подразделения лыжных ходов на попеременные и одновременные.
5. К попеременным ходам относится...
6. Какой из названных одновременных ходов не существует в классификации коньковых ходов?
7. Для чего существуют способы переходов с одного лыжного хода на другой?
8. Какие упражнения относятся к соревновательным?
9. Существуют попеременный двухшажный и одновременный двухшажный ход. В чем существенная разница между этими ходами?
10. Какой из названных коньковых ходов не существует в классификации?
11. Назовите попеременные коньковые ходы:
12. Самым скоростным способом передвижения коньковым стилем на равнине считается...
13. В каких ходах отталкивание осуществляется в момент кратковременной остановки лыжи?
14. Как выполняется отталкивание в коньковых ходах?
15. Какой ход используется при передвижении по дуге?
16. Какой из коньковых ходов применяется на проложенной лыжне?
17. Какой из коньковых ходов называют «скользящей елочкой»?
18. Какой из лыжных ходов наиболее часто применяется в лыжных гонках свободным стилем?
19. Выбор способа подъема в гору зависит от...
20. Назовите последовательность обучения технике коньковых ходов:
21. Как изменяются компоненты скользящего шага в плохих условиях скольжения?
22. Какова последовательность применяемых методических приемов при обучении занимающихся способам передвижения на лыжах?
23. На каких дистанциях проводятся соревнования у женщин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?
24. Какой из перечисленных видов спорта считается циклическим?
25. На каких дистанциях проводятся соревнования у мужчин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?
26. Во время урока по лыжной подготовке у занимающихся начали мерзнуть ноги. Назовите последовательность правильных действий.
27. Назовите состав бригады судей на старте:
28. Назовите состав бригады судей на финише
29. Какие мази применяются при передвижении коньковым стилем?
30. Название лыжных ходов (попеременные или одновременные) дают по работе...

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Классификация лыж. Выбор, хранение и уход за лыжами.
2. Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания. Понятие о лыжном спорте и лыжной подготовке, задачи.
3. Виды лыжного спорта и их краткая характеристика. Классификация и терминология способов передвижения на лыжах, их характеристика.
4. Краткий обзор развития лыжного спорта в России с древнейших времен до сегодняшнего времени.
5. Лыжный спорт в Республике Татарстан и выступления лыжников на чемпионатах мира, олимпийских играх и универсиадах.
6. Лыжные мази и парафины. Выбор лыжных мазей в зависимости от погоды, состояния снега и лыжни, рельефа местности и индивидуальных особенностей лыжника.
7. Классификация и описание спортивных сооружений и лыжных баз. Устройство лыжехранилища.
8. Основные средства тренировки. Упражнения основного вида, общеразвивающие и специальные упражнения (специально-подготовительные и специально-подводящие) лыжников-гонщиков.
9. Травматизм, его причины и пути предупреждения.
10. Особенности организации и методика обучения в лыжном спорте. Задачи обучения. Принципы и методы обучения.
11. Взаимодействие навыков и последовательность обучения отдельным способам передвижения на лыжах: поворотом на месте, ходам, подъемам, спускам, торможениям, поворотам в движении.
12. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в начальных классах.
13. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в средних классах.
14. Особенности организации и методика проведения уроков лыжной подготовки в старших классах.
15. Игры на уроках лыжной подготовки.
16. Этапы обучения технике передвижения на лыжах.
17. Планирование соревнований. Календарный план соревнований и требования, предъявляемые к его составлению. Положение о соревнованиях.
18. Методы обучения технике передвижения на лыжах.
19. Принципы обучения технике передвижения на лыжах.
20. Формы организации и проведения занятий по обучению передвижения на лыжах.

21. Формы подготовки в лыжном спорте: физическая (общая и специальная), морально-волевая, психологическая, техническая, тактическая и теоретическая.
22. Скользящий шаг, его периоды и фазы.
23. Анализ техники одновременного бесшажного классического хода и методика обучения.
24. Анализ техники попеременного двухшажного классического хода и методика обучения.
25. Анализ техники одновременного одношажного классического хода и методика обучения.
26. Анализ техники одновременного двухшажного классического хода и методика обучения.
27. Анализ техники полуконькового хода и методика обучения.
28. Анализ техники одновременного двухшажного конькового хода (горный вариант) и методика обучения.
29. Анализ техники конькового ход без отталкивания руками (с махами и без махов руками) и методика обучения.
30. Анализ техники попеременного конькового хода и методика обучения.
31. Анализ техники одновременного одношажного конькового хода и методика обучения.
32. Анализ техники одновременного двухшажного конькового хода (равнинный вариант) и методика обучения.
33. Анализ техники спусков с преодолением неровностей скола и методика обучения.
34. Анализ техники подъемов и методика обучения.
35. Анализ техники торможений и методика обучения.
36. Анализ техники переходов с одновременных ходов на попеременные и методика обучения.
37. Анализ техники перехода с попеременных ходов на одновременные и методика обучения.
38. Анализ техники торможений и методика обучения.
39. Анализ техники поворотов и методика обучения.
40. Анализ техники подъемов и методика обучения.
41. Анализ техники спусков, преодоления неровностей и методика обучения.
42. Санитарно-гигиенические требования к проведению занятий по лыжной подготовке.

5.2. Темы письменных работ

5.3. Фонд оценочных средств

Текущий контроль модуль 1:

1. Демонстрация техники выполнения скользящего шага.
2. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного классического хода.
3. Демонстрация техники выполнения одновременного двухшажного классического хода.
4. Демонстрация техники выполнения одновременно бесшажного классического хода.
5. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного классического хода.
6. Индивидуальная гонка классическим стилем: Ж (3 км – 21.00 мин) и М (5 км – 27.00 мин).

Текущий контроль модуль 2:

1. Демонстрация техники выполнения полуконькового хода.
2. Демонстрация техники выполнения конькового хода с махами рук и без махов руками.
3. Демонстрация техники выполнения одновременно двухшажного конькового хода.
4. Демонстрация техники выполнения одновременно одношажного конькового хода.
5. Демонстрация техники выполнения попеременного двухшажного конькового хода.
6. Демонстрация техники преодоления спусков, подъемов, преодоления неровностей, торможений, поворотов на месте и в движении.
7. Индивидуальная гонка свободным стилем: Ж (3 км – 20.00 мин) и М (5 км – 26.00 мин).

Текущий контроль модуль 3:

1. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременно бесшажному ходу.
2. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому попеременному двухшажному ходу.
3. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному одношажному ходу.
4. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения классическому одновременному двухшажному ходу.

Текущий контроль модуль 4:

1. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения полуконьковому ходу.
2. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременно двухшажному ходу (горный вариант).
3. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременно двухшажному уходу (равнинный вариант).
4. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому ходу без отталкивания руками (с махами и без махов руками).
5. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому попеременному двухшажному ходу.
6. Составить план-конспект урока по лыжной подготовке для практического выполнения, с решением задачи обучения коньковому одновременному одношажному ходу.

Тестовые вопросы:

1. На сколько групп подразделяются классические лыжные ходы?
2. На сколько групп подразделяются коньковые лыжные ходы?

3. Основой техники классического попеременного двухшажного хода является...
4. Назовите основной принцип подразделения лыжных ходов на попеременные и одновременные.
5. К попеременным ходам относится...
6. Какой из названных одновременных ходов не существует в классификации коньковых ходов?
7. Для чего существуют способы переходов с одного лыжного хода на другой?
8. Какие упражнения относятся к соревновательным?
9. Существуют попеременный двухшажный и одновременный двухшажный ход. В чем существенная разница между этими ходами?
10. Какой из названных коньковых ходов не существует в классификации?
11. Назовите попеременные коньковые ходы.
12. Самым скоростным способом передвижения коньковым стилем на равнине считается...
13. В каких ходах отталкивание осуществляется в момент кратковременной остановки лыжи?
14. Как выполняется отталкивание в коньковых ходах?
15. Какой ход используется при передвижении по дуге?
16. Какой из коньковых ходов применяется на проложенной лыжне?
17. Какой из коньковых ходов называют «скользящей елочкой»?
18. Какой из лыжных ходов наиболее часто применяется в лыжных гонках свободным стилем?
19. Выбор способа подъема в гору зависит от...
20. Назовите последовательность обучения технике коньковых ходов.
21. Как изменяются компоненты скользящего шага в плохих условиях скольжения?
22. Какова последовательность применяемых методических приемов при обучении занимающихся способам передвижения на лыжах?
23. На каких дистанциях проводятся соревнования у женщин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?
24. Какой из перечисленных видов спорта считается циклическим?
25. На каких дистанциях проводятся соревнования у мужчин свободным стилем в программе Олимпийских игр и чемпионатах мира?
26. Во время урока по лыжной подготовке у занимающихся начали мерзнуть ноги. Назовите последовательность правильных действий.
27. Назовите состав бригады судей на старте.
28. Назовите состав бригады судей на финише.
29. Какие мази применяются при передвижении коньковым стилем?
30. Название лыжных ходов (попеременные или одновременные) дают по работе...

5.4. Перечень видов 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. 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.

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

Проводится в конце изучения данной дисциплины. Основная форма: зачет.

Зачет по дисциплине (модулю) 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.

5.5. Рейтинг-план дисциплины

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

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Мелентьева Н. Н., Румянцева Н. В.	Лыжный спорт. Методика обучения спускам со склонов и торможениям на лыжах: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 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	Система обучения с применением элементов дистанционных образовательных технологий // Официальный сайт ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://do.sportacadem.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»).		

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 видеоконференцсвязи 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. 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.
7.3	3. Для организации и проведения практических занятий имеется оборудованная лыжная база с лыжехранилищем на 150 пар лыж (марки лыж: «Sable», «Peltonen», «Brados»), мастерской для мелкого ремонта инвентаря, раздевалками для девушек и юношей, а так же учебно-тренировочные лыжня.
7.4	Для организации и проведения соревнований имеется система хронометража «Финиш-мини». Данная система включает в себя: стартовый турникет, финишная кнопка, программное обеспечение, стартовое и двухстрочное табло.
7.5	4. Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал информационно-ресурсного центра:
7.6	- 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;
7.7	- 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.
7.8	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.9	
7.10	

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 практическому занятию

Студентам следует:

- 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;
- надеть одежду, которая отвечает требованиям для занятий по лыжной подготовке и климатическим условиям проведения занятия;
- подобрать лыжный инвентарь, соответствующий росту и весу;
- на занятии доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучавшейся на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положенные баллы за работу в соответствующем семестре.

Рекомендации по работе с литературой

Работа с литературой является основным методом самостоятельного овладения знаниями. Это сложный процесс, требующий выработки определенных навыков, поэтому студенту 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 студента, поскольку глубокое изучение именно их материалов позволит студенту уверенно «распознавать», а затем самостоятельно оперировать теоретическими категориями и понятиями, следовательно – освоить новейшую научную терминологию. Такого рода работа с литературой обеспечивает решение студентом 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.

8.5. 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 зачёта.

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

Цели 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 практических занятий 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 зачету включает три стадии:

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

Подготовку к 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 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 зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

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

Основным источником подготовки к 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 зачету готовятся самостоятельно. При необходимости обучающиеся обращаются за консультацией 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.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

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

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

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 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.

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



Рабочая программа дисциплины
ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ
ВИДАМ СПОРТА
Самооборона

Закреплена за кафедрой

Кафедра теории и методики единоборств

Учебный план

49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)

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 8

аудиторные занятия

68

самостоятельная работа

76

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	4	4			4	4
Практические	44	44	20	20	64	64
Итого ауд.	48	48	20	20	68	68
Контактная работа	48	48	20	20	68	68
Сам. работа	60	60	16	16	76	76
Итого	108	108	36	36	144	144

Автор (ы) программы:

к.п.н., Проф., Сулейманов Габдыжалил Бариевич; к.п.н., Доц., Земленухин Илья Андреевич



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 05.03.2026 г. № 8

Зав. кафедрой Болтиков Ю.В.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	
1.2	Предмет посвящен изучению методических основ организации учебно-тренировочных занятий самбо в школах. Формирование условий для физического, гражданского, патриотического и нравственного воспитания школьников через использование потенциала самбо, как национального достояния России, в рамках общего и дополнительного образования детей и подростков.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Физическая культура и спорт
2.1.2	Безопасность жизнедеятельности
2.1.3	Гимнастика
2.1.4	Теория и методика физической культуры
2.1.5	Теория спорта
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	
ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования	

Знать: Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
Уметь: Обосновывать выбор средств и методов тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта
Владеть: Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Уметь: Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
Владеть: Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов

ОПК-3.3:Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом

Уметь: Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях
ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Уметь: Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся

Владеть:
Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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-10.2: Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:
Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Уметь:
Разрабатывать и реализовывать тренировочные 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

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

ПК-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:
Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

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 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 тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

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. Введение в предмет. Система подготовки в самбо: история, планирование, методы. Организация безопасного тренировочного процесса в самбо. Инструктаж техники безопасности.						
1.1	История самбо как синтеза национальных видов борьбы (Ощепков, Харлампиев, Чумаков). Спорт и система самообороны. Методология тренировочного процесса в самбо. Этапы многолетней подготовки и их цели. Виды подготовки: технико-тактическая, физическая, психологическая, теоретическая. Методы планирования (перспективное, этапное, текущее). /Тема/	7	0				
1.2	История самбо как синтеза национальных видов борьбы (Ощепков, Харлампиев, Чумаков). Спорт и система самообороны. Методология тренировочного процесса в самбо. Этапы многолетней подготовки и их цели. Виды подготовки: технико-тактическая, физическая, психологическая, теоретическая. Методы планирования (перспективное, этапное, текущее). /Лек/	7	2		Л1.2 Л1.3 Л1.5 Л1.6		
1.3	Комплексный анализ причин травматизма. 1. Методические ошибки: нарушение принципов обучения, неверный подбор нагрузки, отсутствие индивидуального подхода. 2. Технические ошибки: недостаточное обучение самостраховке, неправильная страховка партнера. 3. Материально-технические причины: несоответствие ковра, инвентаря и экипировки нормам. 4. Медицинские причины: формальный допуск, сокрытие информации о здоровье, невыполнение врачебных рекомендаций. Система профилактики: обязательная разминка, поэтапное обучение, строгий педагогический контроль, соблюдение дисциплины и правил, регулярная проверка инвентаря. Роль тренера и организационные меры обеспечения безопасности. /Лек/	7	2		Л1.1 Л1.2 Л1.6		

1.4	Проведение инструктажа по технике безопасности с акцентами на дисциплинарные нормы, требования к экипировке и покрытию ковра, медицинские правила и установку на взаимную страховку; формирование представления о самбо как об интеллектуально-двигательной системе через краткий рассказ и демонстрацию логики приёмов; и проведение специальной разминки, состоящей из направленной суставной гимнастики, отработки борцовских стоек и перемещений, изучения элементов самостраховки (группировки, перекаты, кувырки) и выполнения парных упражнений на чувство баланса и партнёра. /Пр/	7	6		Л1.1 Л1.6		
1.5	1. Безопасность и дисциплина дисциплинарные правила (5 ключевых), проверка экипировки, мед. правила, примеры взаимной страховки. Исследование покрытия 2. Логика и система самбо Построить интеллектуальную карту одного базового приёма (фазы, принципы, ошибки, страховка, связи). 3. Анализ движений Разработка разминки : Составить специальный разминочный комплекс для изучения нового конкретного приёма. По видеозаписи разобрать технику 3-х элементов самостраховки по заданным критериям, найти ошибки. Спланировать первое ознакомительное занятие для новичка (60 мин), включив рассказ о самбо, правила, разминку и простые упражнения. Дневник самбиста (2 ч): Написать итоговое эссе-размышление о том, как изменилось понимание дисциплины, системности, взаимной страховки и своих целей в самбо. /Ср/	7	14		Л1.5 Л1.6		
1.6	базовая техника падений, начиная с освоения группировки, затем падений на спину и на бок с места, падений через партнера (на спину и на бок), кувырка через плечо, кувырка в воздухе с помощью партнера, падения вперед с опорой на руки и усложненного варианта — падения со стойки в движении; параллельно вводятся и совершенствуются базовые элементы борьбы в стойке: изучение основных стоек (высокой, средней, низкой), дистанций (дальней, средней, ближней), простейших захватов (за рукава, за пояс, за отвороты) и специальных способов передвижения (подшаги, скрестный шаг); для развития координации, ловкости и чувства партнера блок включает серию подвижных игр с элементами единоборств («Пятнашки», «Выталкивание из круга», «Борьба за захват» /Пр/	7	10		Л1.1 Л1.5 Л1.6		

1.7	Анализ биомеханики группировки;Создание фото/видео-инструкции по самостраховке;Анализ стоек, дистанций и перемещений; Ситуационный анализ стоек и дистанций;Захваты и тактическое мышление;Сценарий для игры «Борьба за захват»;Записать последовательность в виде текстового алгоритма или схематичного рисунка. /Ср/	7	12		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.6		
1.8	Изучение базовой техники борьбы лежа, начиная с основных способов переворачивания соперника: переворот за две руки и переворот рычагом («Ключ»); далее изучаются болевые приемы: рычаг локтя через бедро и ущемление ахиллова сухожилия с захватом ноги, а также защитные технические действия против них; особое внимание уделяется контролю и удержанию соперника: изучается удержание сверху с захватом шеи и отворота, болевой прием скручиванием плеча внутрь из положения поперек и удушающий прием с захватом отворота и плеча; на каждом занятии комплексно развивается физическая подготовка с акцентом на силовые упражнения для мышц кора, спины и хвата, а также на развитие общей выносливости /Пр/	7	14		Л1.1 Л1.2 Л1.6		
1.9	Анализ базовых принципов партера ; сравнительный анализ двух изученных переворотов. Создать схему/таблицу;Глубокий разбор болевых и удушающих приемов;Анатомия болевого приёма: «Рычаг локтя» и «Ущемление ахилла"Этика и безопасность болевых и удушающих приемов;Анализ соревновательных схваток; Проектирование физической подготовки. /Ср/	7	13		Л1.1 Л1.6		

1.10	техника основных бросков в стойке: сначала изучаются подножки (задняя и передняя), затем бросок через спину с захватом руки на плечо и бросок через бедро с захватом пояса; после этого осваиваются подсечки (боковая и в темп шагов), а также броски в ноги (с захватом двух ног и с захватом ног сзади); завершает раздел изучение сложнокоординационного броска через плечо с колен; отработка каждого приема строится по принципу «от простого к сложному»: сначала изучение захвата и выведения из равновесия, затем отработка броска на несопротивляющемуся партнеру, затем — в движении и, наконец, в условиях учебно-тренировочных схваток с заданием; параллельно с технической работой развивается специальная физическая подготовка: взрывная сила (прыжковые упражнения, работа с отягощениями в имитационных движениях), динамическая гибкость (махи, выпады) и силовая выносливость (комплексные круговые тренировки). /Пр/	7	14		Л1.1 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		
1.11	Создание собственной классификационной таблицы бросков; Анализ выведения из равновесия; Исследование «оси броска»; Фактор риска: анализ типичных травм при бросках и их профилактика; Проектирование учебной схватки с заданием; Специальная физическая подготовка; Аудит собственной физической готовности. /Ср/	7	21		Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		
1.12	ГТО и прикладная самооборона /Тема/	8	0				
1.13	изучение методических основ организации учебно-тренировочных занятий самбо в школах. Формирование условий для физического развития через использование потенциала самбо, как национального достояния России, в рамках общего и дополнительного образования детей и подростков. /Пр/	8	12		Л1.1 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		
1.14	Изучение классификации техники приемов норм ГТО «самозащиты без оружия». Изучение основ прикладного самбо. Техника защиты от ударов и нападения с выполнением приемов задержания и освобождения от захватов. /Пр/	8	8		Л1.1 Л1.5 Л1.6		

1.15	Историко-патриотический контекст и нормативная база; Аналитический обзор: «Самбо – школа жизни» в государственной политике; Сравнительная таблица: ГТО «самозащита без оружия» vs. Спортивное самбо; Методическое проектирование занятия; Разработка конспекта вводного урока самбо для 5-го класса; Прикладное самбо и интеграция в воспитательный процесс; Проект внеурочного мероприятия: «Урок мужества с элементами самбо». /Ср/	8	16		Л1.1 Л1.4 Л1.5 Л1.6 Л1.7		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Назовите основоположников системы самбо и их вклад в её развитие.
 В чём заключается принципиальное отличие самбо от других видов борьбы (дзюдо, вольная борьба) с точки зрения его генезиса и правил?
 Раскройте смысл понятия «самбо» как интеллектуально-двигательной системы. Приведите примеры из техники.
 Каковы основные цели и задачи программы «Самбо в школу» в контексте государственной образовательной политики?
 Перечислите ключевые дисциплинарные нормы и требования безопасности на тренировке по самбо. Объясните их важность.
 Опишите основные борцовские стойки (высокая, средняя, низкая). В каких тактических ситуациях применяется каждая?
 Классифицируйте изученные броски по принципу выполнения (подножки, подсечки, броски через бедро/спину).
 Объясните логическую цепочку (алгоритм) проведения болевого приёма «рычаг локтя через бедро» от захвата до фиксации.
 В чём заключается основной принцип самостраховки при падении? Перечислите основные элементы.
 Опишите классический принцип обучения «от простого к сложному» на примере изучения любого броска.
 В чём главные методические различия в обучении спортивному и прикладному (ГТО «Самозащита без оружия») разделам самбо?
 Назовите основные этапы построения учебно-тренировочного занятия. Какова цель каждого этапа?
 Какие подвижные игры с элементами единоборств вы знаете? Какие качества они развивают?
 Перечислите основные технические действия для защиты от захватов и ударов в разделе прикладного самбо.
 Особенности ударно-борцовой подготовленности спецподразделения в России и других государств.
 Особенности технической подготовки в самбо.
 Особенности тактической подготовки в самбо.
 Особенности специальной физической подготовки в самбо.
 Особенности методики подготовки спортсменов в самбо.
 Восстановление специальной работоспособности боевого единоборца.
 Пределы необходимой самообороны. Возможность применения приемов с целью защиты чести и достоинства граждан от преступных посягательств.

5.2. Темы письменных работ

- Предмет и задачи курса «самооборона».
- Значение самообороны для студентов гуманитарной группы специальностей.
- Самооборона: классификация и характеристика. Функции самообороны.
- История возникновения наиболее популярных восточных единоборств.
- Восточные единоборства. Классификация. Основные виды восточных единоборств. Оздоровительный аспект в восточных единоборствах.
- Здоровье как социальная и личностная ценность. Современные требования к состоянию здоровья человека.
- Технология обучения и развития двигательных качеств в самообороне.
- Характеристика основных методических требований в самообороне.
- Основные принципы обучения в самообороне.
- Значение подготовительной, основной и заключительной частей занятия и особенности их проведения с различным возрастным контингентом.
- Характеристика технической подготовки в самообороне.
- Характеристика общеоздоровительных упражнений.
- Характеристика формальных упражнений.
- Методика показа и способы разучивания технических приемов.
- Методика обучения технике ударов и блоков в самообороне.
- Характеристика и особенности тактической подготовки в самообороне.
- Методика обучения защитным и атакующим действиям.
- Предупреждение и устранение ошибок во время обучения самообороне.
- Закалка ударных и защитных поверхностей тела в самообороне.
- Методика работы на снарядах.

21. Предупреждение травматизма и техника безопасности при занятиях самообороной.
22. Оказание первой медицинской помощи.
23. Психологическая подготовка в самообороне.
24. Методика воспитания морально-волевых качеств в самообороне: целеустремленности, выдержки, смелости, инициативности и самостоятельности.
25. Методические особенности проведения занятий с различным возрастным контингентом.
26. Педагогический и врачебный контроль при занятиях самообороной.
27. Основные требования к контрольным упражнениям и тестам.
28. Планирование учебно-воспитательного процесса в самообороне.
29. Научно-исследовательская работа в самообороне.
30. Внедрение предмета – основы самообороны в школьную программу.
31. Обучение студентов вуза основам самообороны.
32. Обучение школьников основам самообороны.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Видимость, притворство, ложное изображение травмы, болезни или отдельных её симптомов.
 - а) Оцениваемая техника.
 - б) Запрещенная техника.
 - в) Жеребьевка.
 - г) Симуляция.
 - д) Дисквалификация.
2. Внутренняя установка индивида действовать согласно своей совести; принятие на себя ответственности за свои поступки.
 - а) психика.
 - б) память.
 - в) мышление.
 - г) страх.
 - д) нравственность.
3. Действия борца (включая подготавливающий прием), в результате которых он создает благоприятные условия для проведения задуманного им приема.
 - а) Тактика спортивной борьбы.
 - б) Способы тактической подготовки.
 - в) Раскрытие.
 - г) Маневрирование.
 - д) Отвлечение.
4. Действия по предотвращению собственных травм во время проведения приема.
 - а) Страховка.
 - б) Самостраховка.
 - в) Режим.
 - г) Личная гигиена.
 - д) Кодекс борца.
5. Деятельность борца с явным проявлением защиты и уклонением от активной борьбы.
 - а) Активность.
 - б) Пассивность.
 - в) Замечание.
 - г) Предупреждение.
 - д) Выход за ковер.
6. Захват, направленный на создание болевых ощущений у противника (оцениваются в борьбе самбо и дзюдо).
 - а) Выход наверх.
 - б) Переворот.
 - в) Удержание.
 - г) Болевой.
 - д) Удушение.
7. Захват(ы), направленный(ые) на создание ощущения удушья у противника (оцениваются в борьбе дзюдо).
 - а) Выход наверх.
 - б) Переворот.
 - в) Удержание.
 - г) Болевой.
 - д) Удушение.
8. Изменение положения противника из положения стоя в положение нижнего в партере и выходом за спину противника (оценивается в греко-римской и вольной борьбе).
 - а) Техника борьбы.
 - б) Бросок.
 - в) Бросок из партера.
 - г) Сваливание.
 - д) Перевод в партер.
9. Изменение положения противника из положения стоя в положения лежа без отрыва от ковра (оценивается во всех видах спортивной борьбы).

- а) Техника борьбы.
 - б) Бросок.
 - в) Бросок из партера.
 - г) Сваливание.
 - д) Перевод в партер.
10. Изменение положения тела противника из положения стоя в положение лежа с отрывом от ковра (оценивается во всех видах спортивной борьбы).
- а) Техника борьбы.
 - б) Бросок.
 - в) Бросок из партера.
 - г) Сваливание.
 - д) Перевод в партер.
11. В боевом самбо разрешены к использованию приемы?
- а) Дозволенные правилами всех существующих единоборств (в том числе ударная техника).
 - б) Только Приемы борьбы.
 - в) Приемы борьбы и удушающие.
 - г) Ударная техника.
12. Для того, чтобы приступить к изучению основ Самообороны, Вы должны:
- а) Пройти инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не иметь противопоказания по состоянию здоровья.
 - б) Иметь квалификационный разряд по самбо.
 - в) Техника безопасности на производстве.
 - г) Вы должны знать правила самообороны.
13. В схватке самбистов встречаются такие моменты, когда для проведения того или иного броска имеются весьма благоприятные условия.
- а) Находится в неустойчивом положении, отвлечен чем-либо.
 - б) Соперник находится на расстоянии.
 - в) Взят обоюдный захват.
 - г) Пытается на вас бежать.
14. Самооборона должна быть:
- а) Пропорциональна Угрозе.
 - б) Чрезмерной силе атакующего вас.
 - в) Слабее угрозы.
 - г) Двукратно превышающей угрозу.
15. Легальные способы самообороны в РФ
- а) Перцовый баллончик.
 - б) Травматическое оружие.
 - в) Дубинка.
 - г) Бейсбольная бита.
16. Действия по предотвращению собственных травм во время проведения приема.
- а) Страховка.
 - б) Самостраховка.
 - в) Режим.
 - г) Личная гигиена.
 - д) Кодекс борца.
17. Что вызывает удар в солнечное сплетение?
- а) затруднение дыхания.
 - б) помутнение сознания.
 - в) помутнение рассудка.
18. В чём состоит эффективность удара в пах?
- а) ошеломляет противника.
 - б) выводит противника из строя.
 - в) отвлекает противника.
19. Чего не рекомендуется делать в конфликтной ситуации наедине с преступником?
- а) Без необходимости спорить с ним или высказывать угрозы в его адрес.
 - б) Вести переговоры сидя.
 - в) Отдавать ему приказы типа "Замолчи!" или "Ну-ка сядь!".
 - г) Жестикулировать и размахивать руками.
 - д) Предлагать ему продолжить разговор только после того, как он перестанет кричать и угрожать.
20. Нарушение спортсменом отведенных правилами границ ведения единоборства.
- а) Активность.
 - б) Пассивность.
 - в) Замечание.
 - г) Предупреждение.
 - д) Выход за ковер.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Тестирование

Устный опрос
Практическая работа
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	Абрамов Н. А.	Основы самообороны: учебно-методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2020
Л1.2	Елисеев С. В., Перчик В. Т., Ушаков А. Ф., Шоя Ю. А., Ципурский И. Л., Ципурский И. Л., Болотский Р. М., Белоусов С. Г., Зинькевич Г. П., Левченко В. А.	Правила вида спорта «САМБО»	Москва: Спорт-Человек, 2021
Л1.3	Горбунов А. В., Литманович А. В., Бобровский В. А., Мышкин А. Е.	Организация и проведение соревнований по самбо: соревновательная деятельность, работа судейского аппарата: учебное пособие	Омск: СибГУФК, 2021
Л1.4	Ткачук М. Г., Левицкий А. Г., Соболев А. А.	Технология спортивного отбора в самбо и дзюдо на основе морфофункциональных показателей: учебное пособие для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2024
Л1.5	Ткачук М. Г., Левицкий А. Г., Соболев А. А.	Осуществление спортивной подготовки в избранном виде спорта: технология спортивного отбора в самбо и дзюдо на основе морфофункциональных показателей: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2024
Л1.6	Сулейманов Г. Б., Земленухин И. А., Болтиков Ю. В.	Теория и методика избранного вида спорта: борьба (Самбо): учебно-методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСиТ, 2024
Л1.7	Еганов А. В.	Теория и методика избранного вида спорта: дзюдо: учебник для вузов	Санкт-Петербург: Лань, 2026
6.3.1 Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства			
6.3.1.1	IS.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)		
6.3.1.6			
6.3.1.7	Для 43.00.00		
6.3.1.8	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.9	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)		
6.3.1.10			

6.3.1.11	
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем	
7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	1. Спортивный зал (185,5 м2), 2 раздевалки (2х45 м2).
7.2	2. Инвентарь: Ковёр самбо (борцовский ковер) – 2 шт. Манекен борцовский – 10 шт. Мешок боксёрский – 5 шт. Груша боксёрская – 5 шт. Макет пистолета – 15 шт. Макет ножа – 20 шт. Макет автомата АКС-74 – 1 шт. Дубинка резиновая – 20 шт. Палка гимнастическая - 20 шт. Канат гимнастический – 2 шт. Куртки самбо – 50 шт.
7.3	3. Учебно-методическая аудитория (34,2 м2).
7.4	4. Персональный компьютер ICL RAY, мышь, клавиатура, доступ к Интернету.
7.5	5. ЖК телевизор LG 55ln549e.
7.6	6. Читальный зал (1130,42 м2). Инфомат ЭСБУС.
7.7	7. Мультимедийный проектор (1 шт.): для презентаций лекционного материала, просмотра и видеоанализа тренировочного и соревновательного процесса.
7.8	
7.9	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:
7.10	- 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;
7.11	- 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;
7.12	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.
7.13	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.
7.14	
7.15	

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

формирование профессиональных компетенций через интеграцию теоретических знаний, практических умений и педагогических навыков, где ключ к успеху — системный подход и активность на всех формах занятий. На лекциях и семинарах необходимо структурировать информацию, выделяя основные понятия, имена, даты и принципы; после занятий обязательно просматривая и дополняя конспекты. На практических тренировках безопасность и дисциплина абсолютны: вы — партнёры по обучению, а не соперники; осознанно отрабатывайте каждое движение, анализируя его биомеханику и типичные ошибки, и немедленно реагируйте на замечания преподавателя. Самостоятельная работа является стержнем глубокого освоения материала: планируйте её поэтапно, избегая авралов; используйте не только учебники, но и научные статьи, видеоархивы соревнований, авторитетные онлайн-ресурсы; оформляйте работы чётко, в заданной форме (таблицы, схемы, конспекты), обязательно подводя содержательные выводы. При подготовке к контролю начинайте повторение заранее, создайте личный структурированный справочник по ключевым темам, практикуйтесь в объяснении материала одногруппникам, уделяя особое внимание взаимосвязям между техникой, тактикой и методикой. Все выполненные задания собирайте в профессиональное портфолио — это будущее доказательство вашей компетентности для работодателя. Критерии успешного освоения дисциплины включают: уверенное знание истории и теории; корректное выполнение базовой техники; способность анализировать и исправлять ошибки; умение разработать и провести безопасное учебное занятие для целевой аудитории; понимание воспитательной миссии педагога самбо.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Методические указания по выполнению самостоятельной работы направлены на формирование у обучающихся навыков глубокого осмысления материала, развития профессионального мышления педагога-тренера и создания личного методического арсенала. Ключевой принцип — системность и осознанность. Начинайте с планирования: распределите время равномерно, учитывая, что на 1 академический час самостоятельной работы может потребоваться до 1,5 часов реального времени. Алгоритм выполнения каждого задания включает пять шагов: 1) Внимательное чтение задания с выделением ключевых глаголов-действий («проанализируйте», «разработайте», «сравните»); 2) Актуализация знаний через конспекты лекций и практических занятий; 3) Поиск и критический анализ информации из рекомендованных учебников, научных статей, авторитетных ресурсов (официальный сайт Федерации самбо России, eLibrary); 4) Четкое оформление работы в заданной форме (таблица, эссе, конспект, схема) с обязательными выводами; 5) Финальная проверка и рефлексия. При выполнении специфических заданий придерживайтесь следующих правил: в аналитических таблицах ищите сравнительные критерии, а не просто перечисляйте факты; в эссе соблюдайте структуру (введение, аргументированная основная часть, личные выводы); в конспектах занятий используйте технологическую карту с хронометражем, дозировкой и методическими указаниями; в проектах (комплексы упражнений, сценарии) будьте максимально конкретны, указывайте целевую аудиторию, цели, инвентарь и меры безопасности; при разборе видео схваток анализируйте не только «что», но и «почему» произошло, используя схему «Ситуация → Действие → Реакция → Результат». Работа с источниками требует обязательного цитирования в кавычках с ссылками; высокая уникальности текста — показатель самостоятельности. Собственные фото- и видеоматериалы для анализа техники приветствуются. Все работы собирайте в единое портфолио — это готовый методический кейс для будущего трудоустройства. Оцениваться работы будут по пяти критериям: содержательность и глубина анализа, самостоятельность и творческий подход, методическая грамотность, прикладная ценность для профессиональной деятельности, качество оформления и структурированность.

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



Рабочая программа дисциплины ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА Футбол

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики футбола и хоккея		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: зачеты 6	
в том числе:			
аудиторные занятия	48		
самостоятельная работа	60		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.&b><Семестр на курсе>)	5 (3.1)		6 (3.2)		Итого	
Неделя	13		13 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп	уп	рп
Лекции	4	4			4	4
Практические	18	18	26	26	44	44
Итого ауд.	22	22	26	26	48	48
Контактная работа	22	22	26	26	48	48
Сам. работа	32	32	28	28	60	60
Итого	54	54	54	54	108	108

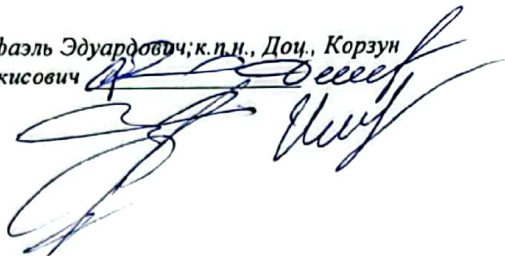
Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Фаттахов Рафаэль Вагизович; Денисенко Дмитрий Юрьевич; Ильясов Рафаэль Эдуардович; к.п.н., Доц., Корзун Дмитрий Леонидович; к.п.н., Доц., Поканинов Валерий Борисович; Садыков Наиль Наркисович

Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 7

Зав. кафедрой Поканинов В.Б.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	Цель преподавания дисциплины «Футбол» состоит в содействии формированию у студентов следующих компетенций:
1.2	общефессиональные компетенции (ОПК):
1.3	- Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста (ОПК-1);
1.4	- Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования (ОПК-3);
1.5	- Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях (ОПК-5);
1.6	- Способен обеспечивать соблюдение техники безопасности, профилактику травматизма (ОПК-10);
1.7	- Способен организовывать совместную деятельность и взаимодействие участников деятельности в сфере физической культуры и спорта и в сфере образования с соблюдением профессиональной этики (ОПК-14).
1.8	профессиональные компетенции (ПК):
1.9	- Способен разрабатывать и реализовывать образовательные программы в области физической культуры и спорта (ПК-1).

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.О.13
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Спортивные и подвижные игры
2.1.2	Введение в теорию и методику обучения базовым видам спорта
2.1.3	Анатомия человека
2.1.4	Физическая культура и спорт
2.2	Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Особенности научно-исследовательской деятельности в футболе

3. ФОРМИРУЕМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ И ИНДИКАТОРЫ ИХ ДОСТИЖЕНИЯ	
ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста	
ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования	
Знать: Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта	
Знать: Формы, методы и средства обучения в предметной области физической культуры, современные образовательные технологии, методические закономерности их выбора; связь между требованиями федерального государственного образовательного стандарта, образовательным процессом и системой оценки результатов освоения основной образовательной программы	
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: 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	
Владеть: Планирование тренировочного процесса, направленного на реализацию программы спортивной подготовки в организации,	

осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
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
Владеть: Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта

ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-3.1:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Уметь: Реализовывать программу спортивной подготовки по виду спорта с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности спортсменов
Уметь: Реализовывать рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по образовательной программе общего образования
Уметь: Реализовывать рабочую программу педагога дополнительного образования с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта
Владеть: Осуществление тренировочного процесса в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
Владеть: Осуществление образовательного процесса в предметной области физической культуры в образовательных организациях, реализующих основные образовательные программы в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов
Владеть: Осуществление образовательного процесса в образовательных организациях, реализующих дополнительные образовательные программы в области физической культуры и спорта, в том числе в соответствии с федеральными государственными требованиями и федеральными стандартами спортивной подготовки

ОПК-3.3:Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом

Уметь: Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров спортсменов на этапах спортивной подготовки, определять уровень мотивации спортсменов
Уметь: Анализировать и оценивать динамику антропометрических, физиологических, психологических параметров обучающихся, определять уровень мотивации обучающихся

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать: Теория и методика физической культуры
Уметь: Использовать средства и методы физической культуры при планировании мероприятий (занятий) для формирования и развития необходимых спортивных умений и навыков у занимающихся
Владеть: Проведение с занимающимися физкультурно-спортивных мероприятий

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 тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Уметь:

Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе общего образования

ОПК-10.2:Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Уметь:

Разрабатывать и реализовывать тренировочные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Уметь:

Разрабатывать и реализовывать образовательные программы, обеспечивающие профилактику травматизма

Владеть:

Обеспечение условий для профилактики травматизма в процессе спортивной подготовки по виду спорта

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:

Правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи

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

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

ПК-1.2:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Формы, методы и средства тренировочного процесса по видам подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта

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

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
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
Владеть: Планирование образовательного процесса в организации дополнительного образования, направленного на реализацию: дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта, содержание и сроки обучения по которой определяются организацией, осуществляющей образовательную деятельность; дополнительной предпрофессиональной программы в области физической культуры и спорта с учетом федеральных государственных требований, требований федеральных стандартов спортивной подготовки по виду 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: Индекс Содержание У.4 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. Модуль 1						
1.1	5 семестр (4 часа - лекции, 18 часов - практ. часов) /Тема/	5	0				
1.2	Лекция № 1. Тема: «Введение в специальность». «История возникновения и развития игры в футбол» /Лек/	5	2				
1.3	Лекция № 2. Тема: «Техника игры», «Физические качества футболистов» . /Лек/	5	2				
1.4	Практическое занятие № 1-4. Техника передвижений футболистов с мячом и без мяча. /Пр/	5	8				
1.5	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 упражнений по теме занятий. /Ср/	5	4				
1.6	Практическое занятие № 5-6. Удары по мячу ногой. Остановки мяча. /Пр/	5	4				
1.7	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 упражнений по теме занятий. Написать виде конспекта занятия. /Ср/	5	4				
1.8	Практическое занятие № 7. Удары по мячу головой. Вбрасывание мяча. /Пр/	5	2				
1.9	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 упражнений по теме занятий. Расписать в виде конспекта занятия. /Ср/	5	4				
1.10	Практическое занятие № 8. Отбор мяча. /Пр/	5	2				
1.11	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 упражнений по теме занятий и расписать в виде конспекта занятия. /Ср/	5	4				
1.12	Практическое занятие № 9. Отбор мяча и обманные движения. /Пр/	5	2				

1.13	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 упражнений по теме занятий и расписать в виде конспекта занятия. /Ср/	5	6				
1.14	Самостоятельная подготовка: 1.Общее понятие о технике футбола. 2.Этапы развития технике игры. 3.Классификация технике игры. 4.Средства технике . 5.Анализ технике игры ведущих команд страны и мира. /Ср/	5	10				
Раздел 2. Модуль 2							
2.1	6 семестр (26 практических часов) /Тема/	6	0				
2.2	Практические занятия № 10-13. «Физические качества футболистов» /Пр/	6	8				
2.3	Самостоятельная работа. Подобрать 8-10 специфических упражнений к футболу, на каждое физическое качество. /Ср/	6	6				
2.4	Практические занятия № 14-15. Тактика игры. /Пр/	6	4				
2.5	Самостоятельная работа. Подобрать 3-4 упражнений тактическую подготовку, каждой линии (в защите, полузащите и нападения). /Ср/	6	6				
2.6	Практические занятия № 16-20. Подготовка конспекта урока по футболу и проведение фрагмента урока. /Пр/	6	10				
2.7	Самостоятельная работа. Подготовка конспекта урока по футболу. /Ср/	6	6				
2.8	Практические занятия № 21-22. Подготовка и сдача контрольных нормативов по технике игры футбол. /Пр/	6	4				
2.9	Самостоятельная подготовка: 1.Общее понятие о тактике футбола. 2.Этапы развития тактики игры. 3.Классификация тактики игры. 4.Средства тактики. 5.Современные системы расстановки игроков и их характеристика. 6.Анализ тактики игры ведущих команд страны и мира. /Ср/	6	4				
2.10	Самостоятельная подготовка: 1.Общее понятие о тактике футбола. 2.Этапы развития тактики игры. 3.Классификация тактики игры. 4.Средства тактики. 5.Современные системы расстановки игроков и их характеристика. 6.Анализ тактики игры ведущих команд страны и мира. /Ср/	6	6				

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1. Развитие футбола в России и за рубежом.
2. Методика обучения техническим приемам.
3. Задачи, средства и методы технической подготовки.
4. Методика совершенствования индивидуальных технических действий в обороне и атаке.
5. Цели и задачи обучения. Общая направленность. Состав и особенности использования методов обучения.
6. Контроль и оценка эффективности обучения (устойчивость навыков, вариативность и т.д.).
7. Основные задачи совершенствования техники футбола.
8. Средства и методы, применяемые на занятиях по совершенствованию техники.
9. Методика подготовки к учебно-тренировочному занятию.
10. Основные методы, используемые для совершенствования техники игры.
11. Методы оценки технико-тактических действий.
12. Система спортивных соревнований.
13. Средства и методы развития специальных физических качеств.
14. Средства и методы развития быстроты.
15. Средства и методы развития ловкости.
16. Средства и методы развития гибкости.
17. Средства и методы развития скоростно-силовых качеств.
18. Средства и методы развития специальной (игровой) выносливости.
19. Организация и проведение учебно-тренировочных занятий по футболу.
20. Подвижные игры как средство спортивной подготовки в футболе.
21. Травматизм в футболе. Средства и методы восстановления футболистов.

5.2. Темы письменных работ

1. Значение теоретической подготовки.
2. Задачи, формы и содержание теоретической подготовки.
3. Общая и специальная теоретическая подготовка футболистов.
4. Особенности теоретической подготовки игроков различных линий: вратарей, защитников, полузащитников, нападающих.
5. Актуальные вопросы оценки футбола (Итоги спортивного года).
6. Итоги финального турнира Чемпионата Европы Итоги Чемпионата и Кубка России по футболу
7. Анализ выступления сборной команды России в отборочном турнире к Чемпионату мира по футболу
8. Анализ выступления российских команд в европейских кубковых турнирах, лиге чемпионов.
9. Пути развития футбола в России и за рубежом.
10. Принципы управления процессом совершенствования технического мастерства футболистов.
11. Ошибки в технике, причины их возникновения, основные пути предупреждения и исправления.
12. Средства и методы контроля за уровнем владения техникой.
13. Методика обучения техническим приемам и тактическим действиям.
14. Задачи, средства и методы тактической подготовки.
15. Методика совершенствования индивидуальных тактических действий в обороне и атаке.
16. Методика углубленного обучения групповым тактическим действиям в линиях.
17. Методика углубленного обучения командной тактике игры.
18. Методика подбора литературных источников по теме выпускной квалификационной работы.
19. Методика развития физических качеств на этапе углубленного обучения:
Быстроты, ловкости; выносливости; скоростно-силовых.
20. Цели и задачи обучения. Общая направленность. Состав и особенности использования методов обучения.
21. Контроль и оценка эффективности обучения (устойчивость навыков, вариативность и т.д.).
22. Основные задачи и пути дальнейшего совершенствования техники футбола.
23. Средства и методы, применяемые на занятиях по совершенствованию в технике.
24. Методика проведения занятий с использованием вспомогательного оборудования.
25. Методика подготовки к учебно-тренировочному занятию.
26. Основные методы используемые для совершенствования техники игры.
27. Характеристика групповых тактических действий в атаке.
28. Характеристика групповых тактических действий в обороне.
29. Командная тактика нападения и защиты: быстрое и постепенное нападение, противодействие быстрому и постепенному нападению.
30. Понятие о тактике, классификация тактики, функции игроков.
31. Характеристика средств тактики.
32. Методы оценки технико-тактических действий.
33. Психологические особенности спортивной деятельности в футболе.
34. Анализ волевых качеств и их проявлений в футболе.
35. Требования к личности футболиста.
36. Характеристика эмоциональных процессов и состояний.

5.3. Фонд оценочных средств

1. Основные этапы развития отечественного футбола.
2. Международные встречи клубных и сборных команд.
3. Понятие о технике игры.
4. Классификация технических приемов.
5. Биомеханические основы ударов по мячу.
6. Взаимосвязь техники с физической, тактической и психологической подготовкой.

7. Особенности выполнения технических приемов в футболе (анализ техники ударов по мячу ногой и головой, ведения, обманных движений, способы отбора мяча).
8. Общие основы теории физических качеств.
9. Понятие о быстроте. Характеристика средств и методов воспитания быстроты.
10. Понятие о скоростно-силовых качествах. Характеристика средств и методов их воспитания.
11. Понятие о выносливости. Характеристика средств и методов ее воспитания.
12. Понятие о ловкости. Характеристика средств и методов ее воспитания.
13. Понятие о гибкости. Характеристика средств и методов ее воспитания.
14. Общее понятие о тактике футбола.
15. Этапы развития тактики игры.
16. Классификация тактики игры.
17. Средства тактики.
18. Современные системы расстановки игроков и их характеристика.
19. Анализ тактики игры ведущих команд страны и мира.
20. Значение и место соревнований в учебно-тренировочном процессе.
21. Виды соревнований.
22. Положение о соревнованиях.
23. Системы розыгрыша.
24. Эволюция и влияние правил игры на ее характер и содержание.
25. Правила соревнований.
26. Методика судейства соревнований по футболу.
27. Сведения о развитии мини-футбола в стране и за рубежом.
28. Итоги Чемпионата и Кубка России по футболу.
29. Анализ выступления клубных и сборных команд на международной арене.

5.4. Перечень видов оценочных средств

Вид работы Уровни оценивания Критерии оценивания

Практическая работа Не аттестован

(Не удовлетворительно) Студент имеет отдельные представления об изученном материале; не может полно и правильно ответить на поставленные вопросы, при ответах допускает грубые ошибки; практические задания не выполняет или выполняет с ошибками, влияющими на качество выполненной работы. Практически не посещает занятия.

Низкий

(Удовлетворительно) Студент знает лишь основной материал; на заданные вопросы ответить затрудняется, что требует дополнительных и уточняющих вопросов преподавателя; практические задания выполняет с ошибками, не отражающимися на качестве выполненной работы. Посещает занятия, но не системно.

Средний

(Хорошо) Студент твердо знает учебный материал; отвечает без наводящих вопросов и не допускает при ответе серьезных ошибок; умеет применять полученные знания на практике; практические задания выполняет правильно, но с небольшими неточностями. Посещает занятия, но не в полном объеме.

Высокий

(Отлично) Студент глубоко изучил учебный материал; последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы; свободно применяет полученные знания на практике; практические задания выполняет правильно, четко и без ошибок. Посещает все занятия практически полностью.

Самостоятельная работа Не аттестован

(Не удовлетворительно) Студент неполно изложил задание; при изложении были допущены существенные ошибки; результаты выполнения работы не удовлетворяют установленным требованиям к данному виду работы.

Низкий

(Удовлетворительно) Студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении была допущена 1 существенная ошибка; знает и понимает основные положения учебного материала, но допускает неточности; излагает выполнение задания недостаточно логично и последовательно; затрудняется при ответах на вопросы; результаты выполнения работы оформлены не аккуратно или не в соответствии с требованиями.

Средний

(Хорошо) Студент неполно, но правильно изложил задание; при изложении были допущены 1-2 несущественные ошибки, которые он исправляет после замечания; дает правильные формулировки учебного материала; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы преподавателя, имеющие целью выяснить степень понимания данного материала; результаты выполнения работы оформлены недостаточно аккуратно и в соответствии с требованиями.

Высокий

(Отлично) Студент обстоятельно и полно излагает соответствующее задание; дает правильные формулировки задания; может обосновать свой ответ, привести необходимые примеры; правильно отвечает на дополнительные вопросы, имеющие целью выяснить степень понимания данного материала; результаты выполнения работы оформлены аккуратно и в соответствии с требованиями.

Контроль Не аттестован

(Не удовлетворительно) Студент выполнил работу не полностью или объем выполненной работы не позволяет сделать правильные выводы.

Низкий (Удовлетворительно) Студент выполнил работу не полностью, но объем выполненной работы позволяет получить правильные выводы, в ходе проведения работы были допущены ошибки. Средний (Хорошо) Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, но допустил 2-3 ошибки. Высокий (Отлично) Студент выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, правильно и аккуратно выполнил все задания. По результатам текущего контроля успеваемости за все модули студент до зачета может набрать от 0 до 50 баллов. Выполнение учебных заданий по дисциплине оценивается от 0 до 40 баллов (до 20 в каждом из 2-х текущего контроля успеваемости). Посещаемость занятий оценивается от 0 до 10 баллов (до 5 в каждом из 2-х текущего контроля успеваемости). Зачет по дисциплине получают обучающиеся, набравшие в соответствии с рейтинговой системой оценки баллы в пределах от 51 до 100.
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	Электронно-библиотечная система «КнигаФонд» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: www.knigafund.ru
6.3.2.2	Электронно-библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://e.lanbook.com
6.3.2.3	Сайт электронной футбольной школы. Режим доступа - http://footballtrainer.ru
6.3.2.4	Ежедневная электронная спортивная газета. Режим доступа - http://www.sport-express.ru
6.3.2.5	Официальный сайт Российского футбольного союза. Режим доступа - http://www.rfs.ru
6.3.2.6	Виртуальный клуб любителей здорового образа жизни «ФизкультУра» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: www.fizkult-ura.ru
6.3.2.7	Спортивная книга: физкультура и спорт [Электронный ресурс]. - Режим доступа: www.sportkniga.kiev.ua
6.3.2.8	Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: www.edu.ru
6.3.2.9	Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://window.edu.ru/library
6.3.2.10	

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)	
7.1	Учебно-спортивный комплекс «Буревестник»
7.2	Стадион для проведения всероссийских соревнований, футбола и мини-футбола с двумя оборудованными полями. Установлено полноценное освещение (4 мачты).
7.3	
7.4	Оборудование:
7.5	- Размер стадиона вместе с полем - 158 х 96 м
7.6	- Размер футбольного поля - 105 х 68 м
7.7	- Покрытие футбольного поля - искусственная трава
7.8	- Размер ворот - 2,44 х 7,32 м

7.9	- Фанерное табло (вывод названий команд, счета)
7.10	
7.11	Размер мини-футбольного поля 20х40 м
7.12	- Покрытие - искусственная трава
7.13	- Размер ворот: высота 2.08 м, ширина 3.16 м, глубина 1.8 м
7.14	
7.15	Инвентарь:
7.16	- Ворота 3х2 м. 4 пары
7.17	- Ворота 5х2 м. 2 пары
7.18	- Мини ворота 1х0,5 м. 4 пары
7.19	- Стойки на подножке 10 шт.
7.20	- Конусы h-30 см. 10 шт.
7.21	- Конусы h-10 см. 15 шт.
7.22	- Фишки d-20 см. 100 шт.
7.23	- Координационная лестница 2 шт.
7.24	
7.25	Техническое оборудование:
7.26	- ЖК телевизор TCL 75 дюймов,
7.27	- персональный компьютер DEPO,
7.28	- монитор ЛОС,
7.29	- акустическая система активная Sven (2x25 Вт),
7.30	- проектор,
7.31	- аудиоаппаратура,
7.32	- акустическая система.
7.33	
7.34	Тренажерный зал.
7.35	

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

Рекомендации по подготовке к лекционному занятию

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 практическому занятию

Важной составной частью учебного процесса в вузе являются практические занятия.

Студентам на практические занятия следует:

- приносить с собой соответствующую спортивную форму;
- 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 элементы учебного материала, в случае затруднений обращаться к преподавателю.
- студентам, пропустившим занятия (независимо от причин), не имеющие письменного решения задач или не подготовившиеся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изучаемой на занятии.

Рекомендации по подготовке к зачету

Промежуточная аттестация успеваемости и качества подготовки обучающихся предназначена для определения степени

достижения учебных целей по дисциплине и проводится в форме зачёта или экзамена.

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

Цели 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 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 зачету включает три стадии:

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

Подготовку к 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 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 зачет. Тезисы ответов на наиболее сложные вопросы желательно записать, так как в процессе записи включаются дополнительные моторные ресурсы памяти.

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

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

Зачет проводится в дни и часы, отведенные расписанием занятий для изучения дисциплины. Зачет принимается преподавателем, проводившим практические занятия.

Зачет проводится в аудитории, определенной учебным расписанием.

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

Преподаватель предоставляет обучающемуся право самостоятельного выбора билета. Обучающийся выбирает билет, называет преподавателю его номер, знакомится с содержанием вопросов и готовится к ответу. Преподаватель предоставляет на подготовку к ответу на зачете - 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 зачете неудовлетворительную оценку, решением деканата устанавливаются дополнительные (индивидуальные) сроки сдачи (повторной сдачи) зачета.

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 или 4 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 промежуточного контроля по данной дисциплине предусмотрена сдача зачета, по результатам работы в семестре и текущего контроля успеваемости студент может получить:

Зачет – от 51 до 100 баллов

Не зачет – от 50 и менее

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

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 практических 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.

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.

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



Рабочая программа дисциплины
**ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ
ВИДАМ СПОРТА**
Введение в теорию и методику обучения базовым
видам спорта

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики гимнастики		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	108	Виды контроля в семестрах: экзамены 1	
в том числе:			
аудиторные занятия	32		
самостоятельная работа	40		
часов на контроль	36		

Распределение часов дисциплины по семестрам

Распределение часов дисциплины по семестрам				
Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	1 (1.1)		Итого	
	18 2/6			
Неделя	18 2/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	6	6	6	6
Практические	20	20	20	20
Методические занятия	6	6	6	6
Итого ауд.	32	32	32	32
Контактная работа	32	32	32	32
Сам. работа	40	40	40	40
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	108	108	108	108

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Лопатин Леонид Александрович



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. № 8

Зав. кафедрой Ботова Л.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	цель - Формировать у студентов осознанного отношения к занятиям базовыми видами спорта и будущей профессиональной деятельности тренера -педагога по виду спорта

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП:		Б1.О.13
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	Физическое воспитание детей дошкольного возраста средствами избранного вида спорта	
2.2.2	Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена	
2.2.3	Теория и методика физической культуры	
2.2.4	Плавание	
2.2.5	Самооборона	
2.2.6	Теория спорта	
2.2.7	История физической культуры	
2.2.8	Лечебная физическая культура и массаж	
2.2.9	Педагогика физической культуры и спорта	
2.2.10	Теория и методика фитнеса	
2.2.11	Производственная практика: педагогическая	
2.2.12	Музыкально-ритмическое воспитание	
2.2.13	Производственная практика: тренерская	
2.2.14	Производственная практика: преддипломная	
2.2.15	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	
2.2.16	Футбол	
2.2.17	Учебная практика: педагогическая	
2.2.18	Учебная практика: тренерская	
2.2.19	Организация и проведение соревнований 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-1.2: Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

- историю и современное состояние базовых видов спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании;
- методические и технологические подходы, структуру построения занятий, формы и методы организации и обучения физическим упражнениям.
- спортивную терминологию и правила записи физических упражнений;
- строевые упражнения как средство организации занимающихся на занятиях базовыми видами спорта;
- прикладные и общеразвивающие упражнения (ОРУ) как средства для проведения разминки и развития физических качеств при проведении занятий базовыми видами спорта

Уметь:

- осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с требованиями нормативных актов в области образования, физической культуры и спорта;
- использовать на занятиях педагогически обоснованные инновационные формы, методы, средства и приемы организации деятельности занимающихся;
- применять в своей деятельности спортивную терминологию, при обозначении физических упражнений;
- организовывать (строить, перестраивать, размыкать, размещать, перемещать и т.п.) на занятиях группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения любых физических упражнений;
- контролировать и оценивать качество выполнения физических упражнений и определять ошибки и причины в технике их возникновения;
- использовать методы обучения физическим упражнениям, применять их в образовательной практике, исходя из особенностей содержания учебного материала, возраста и образовательных потребностей обучаемых;
- обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях;

Владеть:

- проектированием решения конкретной задачи занятия, выбирая оптимальный способ ее решения, учитывать возрастные

психологические особенности занимающихся исходя из действующих правовых норм;

- страховкой и помощью занимающихся при обучении физических упражнениям;
- рациональным управлением и организацией (размещения, перемещения) занимающихся в зависимости от поставленных задач в целях безопасного проведения занятия;
- методикой самостоятельного проведения строевых, прикладных и общеразвивающих упражнений с группой занимающихся;

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	Тема 1 Организация и проведение занятий базовыми видами спорта. /Тема/	1	0				
1.2	Средства организации занятий базовыми видами спорта /Лек/	1	2	ПК-1.2-В1	Л1.4 Л1.6 Л1.12 Л2.4 Л3.3		
1.3	Тема 1 Строевые упражнения /Пр/	1	8	ПК-1.2-У1	Л1.4 Л2.4 Л3.3		
1.4	Тема 1 Предупреждение травм на занятиях базовыми видами спорта /Мет/	1	2	ПК-1.2-У1	Л1.10 Л2.3 Л2.6 Л2.7 Л3.4		
1.5	история и современное состояние базовых видов спорта, их место и значение в физической культуре, науке и образовании /Лек/	1	2	ПК-1.2-З1	Л1.7 Л1.8 Л1.9 Л1.13 Л1.14 Л1.15 Л2.5 Л3.1 Л3.5		
1.6	Спортивная терминология /Лек/	1	2	ПК-1.2-З1	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.4 Л3.9 Л3.10		
1.7	Тема 2 Прикладные и общеразвивающие упражнения на занятиях базовыми видами спорта. /Пр/	1	10	ПК-1.2-У1	Л1.5 Л1.11 Л2.1 Л2.2 Л3.3 Л3.6 Л3.11		
1.8	Тема 2 Методика обучения средствам организации и проведения занятий базовыми	1	2	ПК-1.2-В1	Л1.13 Л1.15 Л2.4 Л3.11		
1.9	Тема 3 Способы организации проведения физических упражнений	1	2	ПК-1.2-В1 ПК-1.2-У1	Л1.13 Л1.14 Л2.5 Л3.7		
1.10	Тема 3 Спортивная терминология как средство общения на занятиях базовыми	1	2	ПК-1.2-З1	Л1.12 Л2.4 Л3.2 Л3.9 Л3.10		
1.11	Характеристика прикладных упражнений /Ср/	1	8	ПК-1.2-З1 ПК-1.2-	Л2.4 Л3.8		
1.12	Исходные положения для общеразвивающих упражнений /Ср/	1	6	ПК-1.2-З1 ПК-1.2-В1	Л1.5 Л1.15 Л2.4 Л3.3 Л3.6 Л3.11		
1.13	Составить комплекс разминочных упражнений используя способ организации проведения раздельный /Ср/	1	8	ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1	Л1.5 Л1.14 Л1.15 Л2.4 Л3.8		
1.14	Составить комплекс разминочных упражнений используя способ организации	1	6	ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1	Л1.5 Л1.14 Л1.15 Л2.4 Л3.8		
1.15	Составить комплекс разминочных упражнений используя способ организации проведения раздельно -	1	6	ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1	Л1.5 Л1.14 Л1.15 Л2.4 Л3.8		

1.16	Составить комплекс разминочных упражнений используя способ организации проведения поточно-проходной /Ср/	1	6	ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1	Л1.5Л1.15Л2.4Л3.8		
1.17	Экзамен /Тема/	1	0				
1.18	Тестовые задания /Экзамен/	1	36	ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-	Л3.8		

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

Задания для текущего контроля:

1. Контрольная работа, связанная с выявлением знаний спортивной терминологии
2. Проведение фрагментов тренировочных занятий:
 - организация группы-проведение, по заданию преподавателя, строевых упражнений;
 - проведение разминки занимающихся с использованием общеразвивающих упражнений

Задания для промежуточной аттестации (примеры тестов)

1. Какие команды подаются для перестроения из одной шеренги в три? а) По три рассчитайсь! В три шеренги – стройся! б) На первый, второй, третий рассчитайсь! Третьи вперед, вторые – на месте, первые назад – стройся! в) По три рассчитайсь! В три шеренги – становись! г) На первый, второй, третий рассчитайсь! В шеренгу по три – стройся!
2. Вам нужно перевести занимающихся с бега на шаг, какую команду необходимо подать? а) Шагом – марш! б) Перейти на шаг! в) Ша-гом! г) Без задания марш!
3. Какие меры безопасности и предупреждения травм, необходимо предпринимать тренеру на занятиях? а) Ознакомить занимающихся с правилами поведения в зале и техникой безопасности. Далее провести опрос занимающихся по данной теме. Осуществлять страховку и помощь во время обучения упражнениям б) Ознакомить занимающихся с инструкцией по технике безопасности под роспись в дневниках с указанием данной темы. Осуществлять страховку и помощь во время обучения упражнениям в) Неукоснительно соблюдать принципы обучения «от простого к сложному» «доступности», «постепенности». Следить за дисциплиной. Осуществлять страховку и помощь во время обучения упражнениям г) Ознакомить занимающихся с правилами поведения в зале и техникой безопасности. Проверять исправность снарядов инвентаря и правильность его расположения, внешний вид учащихся, обеспечивать страховку и помощь при выполнении упражнений, осуществлять контроль состояния занимающихся, следить за дисциплиной и правильным расположением занимающихся, соблюдать принципы обучения

Вопросы для подготовки к промежуточной аттестации.

1. ТЕМА: Базовые виды спорта.
 1. Дать определение базовым понятиям сферы физическая культура и спорт (Физическая культура, адаптивная физическая культура, спорт, физическое воспитание, физическая подготовка, физическая культура личности).
 2. Перечислить и дать характеристику базовым видам спорта.
 3. Цели, задачи, принципы и содержание занятий базовыми видами спорта.
 4. Строевые упражнения как средство управления занимающимися на занятиях базовыми видами спорта.
 5. Структура и задачи частей занятий базовыми видами спорта.
 6. Для ориентации на учебной площадке используются уловные обозначения, как они определяются и назовите их.
 7. Прикладные упражнения на занятиях базовыми видами спорта
 8. Общеразвивающие упражнения (ОРУ) на занятиях базовыми видами спорта их назначение и характеристика.
 9. Основные причины травматизма на занятиях базовыми видами спорта.
 10. Гимнастика как базовый вид спорта. Дать определение понятию «Гимнастика». Задачи, средства и виды гимнастики.
2. ТЕМА: ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ (ОРУ)
 1. С какими предметами могут выполняться ОРУ.
 2. Какими путями можно повысить интенсивность мышечных напряжений при выполнении ОРУ.
 3. Какие признаки положены в основу классификации ОРУ (перечислить).
 4. Перечислить практические методы (способы) обучения ОРУ.
 5. Перечислите методы (способы) организации выполнения ОРУ
 6. Перечислите методы (способы) создания представления у занимающихся о конкретном ОРУ.
3. ТЕМА: ТЕРМИНЫ ОРУ
 1. Значение и характеристика терминологии. Что нужно понимать под термином. Требования, предъявляемые к терминологии. Способы образования терминов.
 2. Термины исходных положений (И.П.) для выполнения ОРУ. (стоя на ногах, коленях, в седе, лежа на спине, животе, смешанном упоре.).
 2. Перечислить основные положения прямых рук, при принятии И.П.

3. Перечислить основные положения согнутых рук, при принятии И.П.
4. Перечислить основные положения согнутых ног, при принятии И.П.
5. В каких случаях допускается сокращение терминов: «спереди», «вперед», «туловище», «нога», «поднять», «опустить».
6. В каких случаях допускается сокращение терминов: «ладони внутрь», «ладони книзу», «дугами вперед», «исходное положение».
7. Термины основных движений головой, туловищем, руками, ногами.
8. По отношению к чему указывается положение конечностей и движения ими.
4. ТЕМА: ПРАВИЛА И ФОРМЫ ЗАПИСИ ОРУ
1. Что надо указывать при записи отдельного общеразвивающего упражнения.
1. Какой существует порядок записи нескольких движений, выполняемых различными частями тела одновременно.
2. В какой последовательности записываются несколько движений, выполняемых неодновременно
3. Перечислить основные формы записи упражнений.
5. ТЕМА: СТРОЕВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
- Дать определение понятиям строй, шеренга, фланг, ширина строя.
1. Для выполнения строевых упражнений используются команды и распоряжения. Назовите их отличие.
2. Дать определение фронту, интервалу, тыльной стороне строя и глубине строя.
3. Дать определение двухшереножному строю и ряду.
4. Что такое сомкнутый и разомкнутый строй.
5. Что такое колонна и дистанция
6. На какие части подразделяется команда и как они произносятся.
7. Как следует понимать термины «влево», «налево» при указании направления движения.
8. Перечислить методы, которыми пользуются при обучении строевым упражнениям.
9. Какие команды относятся к строевым приемам.
10. Назовите виды расчета и команды для их выполнения.
11. Команды для изменения характера передвижения, изменения длины шага и скорости движения.
12. Какие подаются команды для изменения направления движения.
13. Команды для движения в обход, в какой части зала подается исполнительная часть этой команды.
14. Движение противоходом. Команда для движения противоходом.
15. Движение «змейкой», по какому признаку определяется ее величина, команда для движения «змейкой».
16. Виды построений. Команда для построения в одну шеренгу и действия занимающихся по выполнению этой команды.
17. Команды для перестроения из одной шеренги в две и обратно, то же в три и обратно.
18. Команды для перестроения из шеренги уступом (по расчету 9-6-3 на месте) и обратно.
19. Команды для перестроения из колонны по одному в колонну по два (три и т.д.) поворотом в движении и обратно.
20. Команды для размыкания и смыкания приставными шагами.

5.2. Темы письменных работ

Примерная тематика рефератов

1. Виды и характеристика базовых видов спорта.
2. Строевые упражнения как средство организации занимающихся на занятиях базовыми видами спорта.
3. Общеразвивающие упражнения на занятиях базовыми видами спорта.
4. Владение спортивной терминологией как базовая компетентность организатора занятий базовыми видами спорта.
5. Правила и требования к спортивной терминологии.
6. Термины ОРУ.
7. Правила и формы записи физических упражнений.
8. Виды и характеристика форм организации проведения ОРУ.
9. Характеристика методов обучения ОРУ
10. Требования к командам и распоряжениям при проведении строевых упражнений
11. Методика проведения ОРУ.

5.3. Фонд оценочных средств

ПРИМЕРНЫЕ ТИПОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ

1. Способ увеличения дистанции или интервала
 - а). Перестроение б). Передвижение в) Размыкание г). Смыкание
2. Назовите способ проведения ОРУ а). групповой б). поточный в). последовательный г) переменный
3. Основным предназначением подготовительной части урока является:
 - а) Подготовка занимающихся к успешному решению задач основной части урока
 - б) Обучение, воспитание, оздоровление
 - в) Деление занимающихся на группы по полу и уровню подготовленности
 - г) Снижение физической и психологической нагрузки

5.4. Перечень видов оценочных средств

Задания для текущего контроля:

Практическая работа 1. Письменный опрос (контрольная работа) по терминологии общеразвивающих упражнений.

Студенту предлагается описать с помощью текстовой (терминологической) записи исходные положения и движения частями тела при выполнении общеразвивающего упражнения, показываемые преподавателем (либо с использованием мультимедийного оборудования). Каждое положение показывается один раз в течение 7-8 с. Движения частями тела (головой, туловищем, руками, ногами) демонстрируются по два раза. Всего контрольная работа содержит 28 вопросов и состоит из нескольких блоков. 1-ый блок Исходные положения- стойки, седы, положения лежа на спине, животе, упоры, седы, смешанные упоры. 2-й блок движения частями тела наклоны, повороты туловища с различным положением рук и головы, выпады, приседы, движения руками, ногами (круги, дуги, взмахи, пружинящие). На выполнение контрольной работы отводится не более 35 мин. Студент обязан правильно описать положения и движения, продемонстрировать форму записи, правильную последовательность движений при описании, а также использовать правила сокращения.

2. Практическая демонстрация профессионально-педагогических умений и опыта владения организацией группы занимающихся (строевые упражнения: построения, перестроения, различные способы передвижения, изменения направления передвижения, размыкания). Оценивается правильность и своевременность подачи команд и подсчета, корректность поведения, правильность местоположения, командный голос, рациональность и целесообразность используемых команд).

3. Практическая демонстрация профессионально-педагогических умений и опыта владения проведением общеразвивающих упражнений (способы организации выполнения, методы обучения общеразвивающих упражнений) Оценивается владение спортивной терминологией, способами организации проведения и методы обучения общеразвивающим упражнениям.

Задания для промежуточного контроля:

Теоретическая работа

пример тестовых заданий

Какой из перечисленных вариантов соответствует методу обучения ОРУ

совмещенным (комбинированным) способом?

- а) Название положения (движения) - «делай раз», название положения (движения) - «делай два»...
- б) «Раз» - показ положения (движения), «два» - показ положения (движения)...
- в) «На раз» - словесное описание положения (движения), «на два» - словесное описание положения (движения)...
- г) «На раз» - словесное описание с одновременным показом положения (движения), «на два» - словесное описание с одновременным показом положения (движения)...

2. Общеразвивающее упражнение выполняется из и.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Какую команду нужно подать для принятия исходного положения? а) Исходное положение принять!

- б) Исходную стойку принять!
- в) Исходное положение прыжком принять!
- г) Стойку ноги врозь принять!

3. Если ОРУ на 4 счета, когда необходимо подать команду «СТОЙ» для окончания выполнения упражнения?

- а) Вместо любого счета (...раз-два-стой)
- б) Вместо первого счета (...раз-два-три-четыре-стой)
- в) Вместо четвертого счета (...раз-два-три-стой)
- г) Когда преподаватель сочтет нужным

4. Какие требования предъявляются к спортивным терминам? а) Доступность, точность, образность

- б) Краткость, точность, наглядность
- в) Краткость, точность, доступность
- г) Точность, доступность, последовательность

5. Какого вида графической записи ОРУ не существует? а) Штриховой

- б) Объемной
- в) Контурной
- г) Полуконтурной

6. Какие термины относятся к дополнительным? а) Стоя, сидя, присев, согнувшись

- б) Стойка, вис, упор, выпад
- в) Подъем, наклон, поворот
- г) Переворот, сальто, оборот

7. Какие термины относятся к основным? а) Стойка, вис, упор, наклон, подъем

- б) Вперед, вправо, влево, наружу, внутрь
- в) Разгибом, махом, силой, переворотом, толчком
- г) На животе, на спине, на лопатках, на предплечьях

8. Какое утверждение является неверным?

Дополнительные термины служат для уточнения информации:

- а) о способе выполнения двигательного действия
- б) о направлении движения
- в) об условиях опоры
- г) о принадлежности к той или иной группе упражнений

9. На какие группы можно разделить задачи, которые решаются на занятиях :

- а) Образовательные, оздоровительные, задачи по развитию качеств, воспитательные
- б) Оздоровительные, подготовительные, воспитательные, формирующие
- в) Оздоровительные, формирующие, образовательные, развивающие
- г) Вербализирующие, образовательные, воспитательные, задачи по развитию качеств

10. К средствам заключительной части занятия относятся:

- а) Упражнения на видах гимнастического многоборья, игры и эстафеты для развития координационных и кондиционных способностей
- б) Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения
- в) Общеразвивающие упражнения на гибкость, на расслабление, на дыхание, игровые задания на внимание и танцевальные

упражнения низкой интенсивности

г) Строевые упражнения, прикладные упражнения, подвижные игры, эстафеты

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	Дугина В. В.	Терминология в гимнастике: учебное пособие	Саранск: МПГУ им. М. Е.Евсеева, 2015
Л1.2	Ибель Д. В.	Терминология атлетических упражнений в бодибилдинге: учебно-методическое пособие	Москва: Спорт-Человек, 2006
Л1.3	Гилязиева С. Р., Нурматова Т. В., Валетов М. Р.	Терминология общеразвивающих упражнений: учебное пособие	Оренбург: ОГУ, 2015
Л1.4	Поздеева Е. А., Алаева Л. С.	Средства гимнастики: строевые, общеразвивающие и прикладные упражнения	Омск: СибГУФК, 2017
Л1.5	Р.Шамгулина Г., В.Заячук Т., А.Лопатин Л.	Строевые и общеразвивающие упражнения: учебно-методическое пособие	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2018
Л1.6	Анцыперов В. В., Широбакина Е. А., Горячева Н. Л., Трифонов А. Г.	Гимнастика. Теория и методика обучения базовым видам спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений	Волгоград: ВГАФК, 2019
Л1.7	Мануров И. М., Мартыанова Л. Н.	Базовые виды спорта. Вольная борьба: учебное пособие для студентов очной формы обучения	Ижевск: УдГАУ, 2020
Л1.8		Базовые виды спорта. Волейбол: учебное пособие для студентов очной формы обучения	Ижевск: Ижевская ГСХА, 2020
Л1.9		Базовые виды спорта. Легкая атлетика: учебное пособие для студентов очной формы обучения	Ижевск: Ижевская ГСХА, 2020
Л1.10	Лебедихина Т. М.	Гимнастика: теория и методика преподавания: учебное пособие	Екатеринбург: УрФУ, 2017
Л1.11	Власова О. П.	Общеразвивающие упражнения с предметами и гимнастическими снарядами: учебно-методическое пособие	Нижний Тагил: НТГСПИ, 2017
Л1.12		Учебная дисциплина "Физическая культура и спорт" в терминах, понятиях и межпредметных связях: учебно-методическое пособие для студентов высших педагогических учебных заведений	Карачаевск: КЧГУ, 2020
Л1.13	Королев П. Ю.	Спорт ЛИН Спортивная гимнастика: пособие для руководителей местных программ спорта лин, организаторов соревнований, судей, слушателей институтов и курсов повышения квалификации, студентов высших и средних профессиональных учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по специальности 49.03.02 – физическая культура для лиц с отклонением в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)	Воронеж: ВГАС, 2022
Л1.14	Бардамов Г. Б.	Базовые виды спорта: теоретико-методологические основы. Ч. I: учебник	Улан-Удэ: Бурятская ГСХА им. В.Р. Филиппова, 2023
Л1.15	Ботова Л. Н., Вельдяев С. В., Заячук Т. В., Белуженков И. Н., Сабалдаш К. В., Назаренко А. С., Платошкина Е. Е., Зверев А. А.	Методические рекомендации по сопровождению и совершенствованию тренировочного процесса спортсменов, занимающихся на учебно-тренировочном этапе подготовки: спортивная гимнастика: методические рекомендации	Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2023

6.1.2. Дополнительная литература			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Медведева Е. Н., Терехина Р. Н.	Пути самосовершенствования педагога-тренера на примерегимнастики: Учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2016
Л2.2	Терехина Р. Н., Винер-Усманова И. А., Медведева Е. Н.	Теория и методика художественной гимнастики: подготовкаспортивного резерва: учебное пособие	Москва: Спорт-Человек, 2018
Л2.3		Врачебный контроль в лечебной физической культуре иадаптивной физической культуре: учебное пособие	Пермь: ПГГПУ, 2015
Л2.4	Власова Т. Н., Козлова Т. Н., Бондарь А. А.	Терминология физических упражнений. Правиласоставления комплексов: учебно-методическое пособие	Волгоград: ВолгоградскийГАОУ, 2019
Л2.5	Дружинина О. Ю., Вершинина Н. Б.	Базовые виды спорта. Аэробика: учебное пособие	Ижевск: УдГАОУ, 2020
Л2.6	Власов В. Н.	Врачебный контроль в адаптивной физической культуре. Практикум: учебное пособие для спо	Санкт-Петербург: Лань, 2022
Л2.7	Щуров А. Г., Гаврилова Е. А., Чурганов О. А.	Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебно-методическое пособие	Санкт-Петербург: СЗГМУ им.И.И. Мечникова, 2022
6.1.3. Методические разработки			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Пельменев В. К., Конеева Е. В.	История физической культуры: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2023
ЛЗ.2	Каткова А. М., Храмова А. И.	Справочник по гимнастической терминологии строевых иобщеразвивающих упражнений: учебно-методическоепособие	Москва: МПГУ, 2016
ЛЗ.3	Алаева Л. С., КлецовК. Г., Зябрева Т. И.	Гимнастика. Общеразвивающие упражнения: учебноепособие	Омск: СибГУФК, 2017
ЛЗ.4	Черепкина Л. П.	Общие основы лечебной физической культуры, лечебнаяфизическая культура при травмах, заболеваниях идеформациях опорно-двигательного аппарата	Омск: СибГУФК, 2017
ЛЗ.5	Томилин К. Г.	История физической культуры: методические указания	Сочи: СГУ, 2017
ЛЗ.6	Власова О. П., Коричко Ю. В., Давыдова С. А., Галеев А. Р.	Общеразвивающие упражнения с предметами игимнастическими снарядами, методика их проведения:учебное пособие	Нижевартовск: НВГУ, 2019
ЛЗ.7	Чепакон Е. М.	Базовые профессионально-педагогические уменияспециалистов по физической культуре и спорту: учебно-методическое пособие	Санкт-Петербург: РГПУ им.А. И. Герцена, 2021
ЛЗ.8	Михалина Г. М., Игонова Е. С.	Начальная спортивная подготовка средствами гимнастики:учеб. пособие для студентов вузов физической культуры и спорта	Москва: Спорт-Человек, 2022
ЛЗ.9	Люлина Н. В., Ветрова И. В., Шевчук Ю. В.	Гимнастическая терминология: учебно-методическоепособие	Красноярск: КГПУ им. В.П.Астафьева, 2023
ЛЗ.10	Черенкова Е. С., Горобий А. Ю., Татаринцева И. А., Богачева Е. В., Акулова А. И.	Терминология строевых и общеразвивающих упражнений:учебно-методическое пособие для студентов профильногообучения физической культуры и спорта	Воронеж: ВГАС, 2023

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.11	Тумасян Ю. А., Васильковская Ю. А., Мукминова Г. Р., Максименко В. Г., Тумасян Ю. А., Васильковская Ю. А., Мукминова Г. Р., Максименко В. Г.	Обучение общеразвивающим упражнениям с предметами для младшего и среднего школьного возраста: учебно-методическое пособие для студентов направления подготовки 49.03.01 «физическая культура», профиль подготовки «спортивная тренировка», квалификация выпускника-бакалавр, форма обучения: офо, зфо	Сочи: СГУ, 2024
6.2. Электронные учебные издания и электронные образовательные ресурсы			
Э1	ЭБС Лань : сайт. – Санкт-Петербург, 2017 – . – URL: https://e.lanbook.com/book (дата обращения: 28.08.2025). – Режим доступа: для авториз. пользователей. – Текст: электронный. 2. ЭБС Юрайт : [сайт]. – Москва, 2013 – . – URL: https://urait.ru (дата обращения: 28.08.20125). – Текст: электронный. 3. eLibrary.Ru : научная электронная библиотека : сайт. – Москва, 2000 – . URL: https://elibrary.ru (дата обращения 28.09.2025). – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст: электронный. 4. Поволжская академия физической культуры, спорта и туризма : сайт. – Казань : ПГАФКСиТ, 2013 – . – URL: http:// https://www.libsportacadem.ru (дата обращения 28.08.2025). – Текст электронный.		
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 Academic Edition - 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 Academic Edition Windows 7 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)		
6.3.1.6	Для 43.00.00		
6.3.1.7	Учебная версия программы для ЭВМ: система автоматизации гостиниц «Эдельвейс» (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015)		
6.3.1.8	Тестовый доступ к Travelline: Platform для автоматизации бизнес-процессов, централизованного хранения и управления данными средств размещения (Соглашение № 5 с ООО ТРЭВЕЛ ЛАЙН СИСТЕМС от 10.03.2025 г.)		
6.3.1.9	Система обучения с применением элементов дистанционных образовательных технологий // Официальный сайт ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.unifirst.ru/ (регистрация в системе в соответствии с внутренним порядком ФГБОУ ВО «Поволжский ГУФКСиТ»).		
6.3.1.10	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».		
6.3.1.11	Microsoft Office Professional Plus 2013 Russian OLP NL Academic Edition - Номер лицензии: 65059285 (Сублицензионный договор с ООО «Синтез» №228 от 10.04.2015).		
6.3.1.12	Kaspersky Endpoint Security стандартный Russian Edition. 500 – 999 Node 2 year Educational Renewal License – Номер лицензии: 1752-1512-3013-4241-820-78 (сублицензионный договор с ООО «Софт решения» №470 от 01.01.2016).		
6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем			
6.3.2.1	1. Аудитория для проведения занятий.		
6.3.2.2	2. Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету.		
6.3.2.3	Для организации самостоятельной работы студентам предоставляется электронный читальный зал и читальный зал библиотеки:		
6.3.2.4	- 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;		
6.3.2.5	- 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 читального зала и 29 шт. персональных компьютеров ICL RAY – для читателей, доступ к Интернет ресурсам.		
6.3.2.6	- читальный зал 1130,42 кв.м: Инфомат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей.		
6.3.2.7	Аудитории № 313, 315 ЦГ		
6.3.2.8	Доска д/информации магнитно маркерная 100*200 6305884 HEBEL Германия		
6.3.2.9	Компьютер ICL RAY, проектор Casio,		

6.3.2.10	экран для проектора, акустическая система активная, доступ к Интернету
6.3.2.11	Аудитория № 316 ЦГ
6.3.2.12	Кафедра ТиМ гимнастики 1. Принтер WorkCentre 3210-2шт
6.3.2.13	2. Принтер Phaser 3320
6.3.2.14	3. Монитор ViewSonic – 6шт
6.3.2.15	4. Кейс ПК RAY S122.3 и комплектующие (клавиатура, мышь) – 6 комплектов
6.3.2.16	Аудитория № 318 ЦГ Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету
6.3.2.17	Зал спортивной гимнастики Зал размерами 48,4*35,91м.
6.3.2.18	оборудован:
6.3.2.19	1. Ковер для вольных упражнений SPIETH.
6.3.2.20	Тренировочный зал Зал размерами 48,4*17,5 м

7. МТО (оборудование и технические средства обучения)

7.1	Аудитория № 316 ЦГ Кафедра ТиМ гимнастики 1. Принтер WorkCentre 3210-2шт 2. Принтер Phaser 3320 3. Монитор ViewSonic – 6шт 4. Кейс ПК RAY S122.3 и комплектующие (клавиатура, мышь) – 6 комплектов Аудитория № 318 ЦГ Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету 1. Аудитория для проведения занятий. 2. Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран настенный Projecta, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету. 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 Xerox Phaser 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 Xerox Phaser 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: Информат ЭСБУС, 88 посадочных мест для читателей. Аудитории № 313, 315 ЦГ Доска д/информации магнитно маркерная 100*200 6305884 NEBEL Германия Компьютер ICL RAY, проектор Casio, экран для проектора, акустическая система активная, доступ к Интернету Зал спортивной гимнастики Зал размерами 48,4*35,91м. оборудован: 1. Ковер для вольных упражнений SPIETH. Тренировочный зал Зал размерами 48,4*17,5 м

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

Главное в период подготовки к занятиям – научиться методам самостоятельного умственного труда, сознательно развивать свои творческие способности и овладевать навыками творческой работы. Для этого необходимо строго соблюдать дисциплину учебы и поведения. Четкое планирование своего рабочего времени и отдыха является необходимым условием для успешной самостоятельной работы.

В основу его нужно положить рабочие программы изучаемых в семестре дисциплин. Ежедневной учебной работе студенту следует уделять 9–10 часов своего времени, т.е. при шести часах аудиторных занятий самостоятельной работе необходимо отводить 3–4 часа.

Каждому студенту следует составлять еженедельный и семестровый планы работы, а также план на каждый рабочий день.

С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подводить итог работы: тщательно проверить, все ли выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине это произошло. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы, не уменьшая объема недельного плана.

Самостоятельная работа на лекции.

Слушание и запись лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы. Внимательное слушание и конспектирование лекций предполагает интенсивную умственную деятельность студента. Краткие записи лекций, их конспектирование помогает усвоить учебный материал. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное, основное, сделано это самим студентом.

Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы.

Запись лекций рекомендуется вести по возможности собственными формулировками.

Желательно запись осуществлять на одной странице, а следующую оставлять для проработки учебного материала самостоятельно в домашних условиях. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать пункты плана лекции, предложенные преподавателями. Принципиальные места, определения, формулы и другое следует сопровождать замечаниями «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек. Лучше если они будут собственными, чтобы не приходилось просить их у однокурсников и тем самым не отвлекать их во время лекции.

Целесообразно разработать собственную «маркографию» (значки, символы), сокращения слов. Не лишним будет и изучение основ стенографии. Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть знаниями.

писать

Подготовка к экзамену

Основное в подготовке к экзамену – повторение всего учебного материала дисциплины.

Только тот студент успевает, кто хорошо усвоил учебный материал. Если студент плохо работал в семестре, пропускал занятия, был не активен, не конспектировал, не изучал рекомендованную литературу, то в процессе подготовки к экзамену ему придется не повторять уже знакомое, а заново в короткий срок изучать весь учебный материал. Все это зачастую невозможно сделать из-за нехватки времени.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

При подготовке к практическим занятиям для проведения прикладных, строевых и

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



Рабочая программа дисциплины **Теория и методика избранного вида спорта**

Закреплена за кафедрой	Кафедра теории и методики гимнастики		
Учебный план	49.03.04 Спорт, направленность (профиль): Спортивная подготовка в гимнастике и акробатическом рок-н-ролле (спортивная гимнастика, художественная гимнастика, акробатический рок-н-ролл)		
Квалификация	Тренер по виду спорта. Преподаватель.		
Форма обучения	очная		
Общая трудоемкость	31 ЗЕТ		
Часов по учебному плану	1116	Виды контроля в семестрах: экзамены 8, 3, 1 зачеты 4, 6 курсовые работы 4, 5	
в том числе:			
аудиторные занятия	477		
самостоятельная работа	531		
часов на контроль	108		

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
Лекции	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	80	80
Практические	44	44	44	44	44	44	46	46	30	30	42	42	24	24	30	30	304	304
Индивидуальные занятия			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	7	7
Методические занятия	10	10	10	10	10	10	10	10	6	6	10	10	10	10	20	20	86	86
Итого ауд.	64	64	65	65	65	65	67	67	47	47	63	63	45	45	61	61	477	477
Контактная	64	64	65	65	65	65	67	67	47	47	63	63	45	45	61	61	477	477
Сам. работа	44	44	115	115	79	79	77	77	61	61	81	81	27	27	47	47	531	531
Часы на контроль	36	36			36	36									36	36	108	108
Итого	144	144	180	180	180	180	144	144	108	108	144	144	72	72	144	144	1116	111

Автор (ы) программы:

к.п.н., Доц., Коновалова Лилия Александровна



Программа обсуждена (или утверждена) на заседании кафедры

Протокол от 06.03.2025 г. №8

Зав. кафедрой Ботова Л.Н.



1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	Сформировать у студентов целостную систему научно-практических знаний, умений и навыков, необходимых для эффективной тренировочной, педагогической, организационной и исследовательской деятельности в конкретном виде спорта.

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

ОПК-1: Способен планировать содержание занятий физической культурой и спортом в рамках сферы спортивной подготовки, сферы образования с учетом положений теории и методики физической культуры, теории спорта, анатомо-морфологических, физиологических и психических особенностей занимающихся различного пола и возраста

ОПК-1.4:Обосновывает выбор средств и методов обучения, воспитания и развития, выбор образовательных технологий в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:

Знает классификацию и характеристику основных средств и методов спортивной подготовки для своего вида спорта.

Уметь:

Умеет подбирать адекватные средства и методы под поставленную задачу .

Владеть:

Владеет терминологией, методами и приемами обучения и развития в ИВС.

ОПК-1.5:Демонстрирует особенности планирования в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:

Знает нормативные документы, регламентирующие планирование в избранном виде спорта

Уметь:

Умеет формулировать цели и задачи планируемого процесса подготовки в ИВС.

Владеть:

Демонстрирует навык разработки цикла спортивной тренировки в соответствии с целевыми и временными индикаторами педагогического процесса.

ОПК-1.6:Реализует цели и задачи тренировочного процесса, определяемые федеральными стандартами спортивной подготовки

Знать:

Знает структуру и содержание ФССП, требования к результатам освоения программ на каждом этапе спортивной подготовки .

Уметь:

Умеет проектировать содержание цикла тренировочного процесса в соответствии с этапами спортивной подготовки.

Владеть:

Владеет навыком оперативного планирования с учетом этапных задач, вытекающих из ФССП.

ОПК-2: Способен использовать методики спортивной ориентации и отбора спортсменов и обучающихся с учетом их возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-2.1:Применяет методики спортивной ориентации спортсменов и обучающихся

Знать:

Знает сущность, цели и задачи спортивной ориентации в ИВС.

Уметь:

Умеет проводить сравнительный анализ профиля способностей ребенка/спортсмена с модельными характеристиками успешных представителей различных видов спорта.

ОПК-2.2:Применяет методики спортивного отбора спортсменов и обучающихся

Знать:

Знает модельные характеристики (морфофункциональный, психологический, технико-тактический «портрет») высококвалифицированного спортсмена в избранном виде спорта.

Уметь:

Умеет определять цели и задачи конкретного этапа отбора в ИВС.

Владеть: Владеет навыком проведения стандартизированного тестирования.
ОПК-2.3: Планирует мероприятия спортивной ориентации и спортивного отбора в программе спортивной подготовки и в образовательном процессе
Знать: Знает нормативные требования ФССП и примерных программ к организации отбора и ориентации на каждом этапе спортивной подготовки.
Уметь: Умеет разрабатывать содержание мероприятий: подбирать конкретные тесты, упражнения, протоколы наблюдений, формы собеседований, соответствующие поставленным задачам и этапу подготовки.
ОПК-3: Способен проводить занятия физической культурой и спортом в сфере спортивной подготовки и сфере образования
ОПК-3.2: Проводит тренировочные занятия
Знать: Знает типы, виды, структуру и содержание тренировочного занятия в ИВС.
Уметь: Умеет составлять план-конспект учебно-тренировочного занятия по ИВС.
Владеть: Владеет навыком проведения учебно-тренировочного занятия с учетом поставленных задач и особенностей этапа подготовки в ИВС.
ОПК-3.3: Осуществлять контроль и коррекцию содержания занятий физической культурой и спортом
Знать: Знает виды, формы и методы педагогического контроля в спорте: их цели и место в тренировочном процессе.
Уметь: Умеет планировать и применять различные методы контроля в ходе занятия.
Владеть: Навыком педагогического анализа занятия после его окончания (самоанализ или анализ коллеги).
ОПК-4: Способен развивать физические качества и повышать функциональные возможности спортсменов и обучающихся в соответствии со спецификой вида спорта, осуществлять психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования
ОПК-4.1: Развивает физические качества спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
Знать: Знает ключевые физические качества, определяющие успех в данном виде спорта.
Уметь: Умеет подбирать и комбинировать средства и методы тренировки, адекватные поставленным целям и специфике вида спорта.
Владеть: Владеет навыком подбора средств и методов тренировочного воздействия с акцентом на развитие целевых физических качеств.
ОПК-4.2: Повышает функциональные возможности спортсменов в соответствии со спецификой вида спорта
Знать: Специфику функциональной подготовки в избранном виде спорта.
Уметь: Подбирать и комбинировать адекватные средства и методы тренировки в соответствии с поставленными задачами.
Владеть: Владеет навыком использования современных технологий и оборудования для оптимизации процесса.
ОПК-4.3: Осуществляет психолого-педагогическое сопровождение в сфере спортивной подготовки и сфере образования
Знать: Психологические особенности избранного вида спорта и педагогические принципы и методы обучения, воспитания, развития в ИВС.
Уметь: Ставить конкретные психолого-педагогические цели в соответствии с этапом подготовки и индивидуальными особенностями спортсмена.
Владеть:

Владеть педагогическими приемами для поддержания дисциплины и формирования спортивного характера.

ОПК-5: Способен организовывать и проводить подготовку, обеспечивать участие спортсменов и обучающихся различной квалификации в спортивных и физкультурных мероприятиях

ОПК-5.1:Организует и проводит спортивную подготовку спортсменов

Знать:

Структуру и содержание многолетней подготовки в ИВС.

Уметь:

Объединять задачи разных видов подготовки (физической, технической, тактической, психологической, теоретической) в единый целенаправленный процесс.

Владеть:

Навыками разработки содержания и проведения учебно-тренировочного занятия на разных этапах спортивной подготовки.

ОПК-5.2:Организует и проводит занятия обучающихся по физической культуре и спорту

Знать:

Содержание и структуру дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в ИВС.

Уметь:

Организовывать занимающихся для выполнения упражнений, эффективно распределять средства и методы в содержании учебно-тренировочного занятия в ИВС.

Владеть:

Навыком проведения комплексных занятий, интегрирующих задачи обучения, воспитания, развития и оздоровления.

ОПК-5.4:Подбирает средства и методы на основе психологических и возрастных особенностей занимающихся

Знать:

Психологические особенности разных возрастных групп применительно к физкультурно-спортивной деятельности.

Уметь:

Ставить дифференцированные задачи для разных подгрупп или отдельных занимающихся в рамках общего занятия.

Владеть:

Навыками адаптации сложности упражнений, длительности отдыха, характера обратной связи под индивидуальные особенности занимающихся.

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-6.1:Воспитывает личностные качества

Знать:

Методы и приемы воспитательного воздействия в спорте.

Уметь:

Ставить конкретные воспитательные задачи, связанные с развитием личностных качеств, при планировании тренировочного процесса.

Владеть:

Навыком организации коллективной деятельности и постановки групповых задач, требующих проявления сотрудничества, лидерства.

ОПК-6.2:Формирует моральные ценности спортивной конкуренции

Знать:

Знать базовые моральные ценности спортивной конкуренции.

Уметь:

Включать задачи по формированию базовых моральных ценностей в планы тренировочной и соревновательной деятельности.

ОПК-8: Способен обеспечивать и осуществлять информационное, техническое и психологическое сопровождение соревновательной деятельности

ОПК-8.1:Организует соревновательную деятельность

Знать:

Цели, задачи и функции соревнований в системе спортивной подготовки ИВС.

Уметь:

Анализировать календарь соревнований и формировать индивидуальный/командный соревновательный план на сезон с

выделением главных стартов.

Владеть:

Навыком организации и проведения соревнований в ИВС.

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

Знать:

Базовые принципы сбора, обработки и интерпретации данных соревновательной деятельности в ИВС.

Уметь:

Применять конкретные технологии для решения стандартных задач соревновательного цикла под руководством или по инструкции.

ОПК-9: Способен анализировать соревновательную деятельность для корректировки педагогического воздействия на спортсменов и обучающихся

ОПК-9.1:Анализирует соревновательную деятельность

Знать:

Цели, задачи и структуру педагогического анализа соревновательной деятельности В ИВС.

Уметь:

Собирать необходимую информацию о соревновательном выступлении (организовать видеозапись, вести протокол наблюдений, фиксировать ключевые моменты).

Владеть:

Навыком сравнения выступления с идеальной моделью (моделью чемпиона) или с выступлением сильнейших соперников для определения стратегических ориентиров развития.

ОПК-9.2:Корректирует тренировочный и педагогический процесс в зависимости от результатов анализа соревновательной деятельности

Знать:

Принципы и алгоритм корректировки тренировочного процесса с учетом результатов соревновательной деятельности.

Уметь:

На основе списка выявленных проблем соревновательной деятельности формулировать конкретные задачи коррекции .

Владеть:

Навыком подбора адекватных корректирующих средств и методов для решения конкретной задачи.

ОПК-9.3:Контролирует физическое, функциональное и психическое состояние занимающихся во время проведения соревнований

Знать:

Ключевые объекты контроля во время соревнований: физического, функционального, психологического состояний спортсмена в ИВС.

Уметь:

Проводить целенаправленное наблюдение, измерять и интерпретировать простые функциональные показатели состояния спортсмена.

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:

Официальные инструкции по технике безопасности для конкретного ИВС.

Уметь:

Проводить инструктаж по технике безопасности с занимающимися.

Владеть:

Навыком проверки перед занятием готовности места, инвентаря и оборудования.

ОПК-10.2:Соблюдает правила профилактики травматизма на занятиях физической культурой и спортом

Знать:

Основные причины травм в спорте и правила их профилактики.

Уметь:

Соблюдать методические принципы для профилактики травм (постепенность, доступность, последовательность).

Владеть:

Навыками страховки и помощи при выполнении сложных и рискованных элементов.

ОПК-10.4:Владеет методами восстановления при занятиях физической культурой и спортом

Знать: Сущность, классификацию и назначение методов восстановления.
Уметь: Подбирать и применять доступные методы восстановления в тренировочном процессе.

ОПК-12: Способен осуществлять контроль технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной и интегральной подготовленности спортсменов, физического развития спортсменов и обучающихся, в том числе с использованием методик измерения и оценки

ОПК-12.1: Оценивает тренировочный и педагогический процесс спортсменов и обучающихся

Знать: Методы диагностики: инструменты для оценки физической, технической и психологической подготовленности.
Уметь: Разрабатывать и применять систему контроля: подбирать адекватные методы оценки для конкретных задач и контингента.
Владеть: Технологиями педагогического наблюдения и анализа.

ОПК-12.2: Использует при организации занятий физической культуры и спорта контроль технической и физической подготовленности, физического развития спортсменов и обучающихся

Знать: Нормативы и возрастные стандарты: госстандарты (ГТО), разрядные требования (ЕВСК).
Уметь: Организовывать и проводить тестирование: грамотно инструктировать, демонстрировать, обеспечивать страховку, мотивировать на максимальный результат.
Владеть: Навыками работы со стандартным спортивно-измерительным оборудованием.

ОПК-12.3: Использует результаты педагогического, медико-биологического контроля для коррекции учебно-тренировочных занятий спортсменов и обучающихся

Знать: Принципы и алгоритмы коррекции тренировочного процесса.
Уметь: Дозировать и варьировать нагрузку для достижения нужного тренировочного эффекта.

ОПК-13: Способен использовать результаты педагогического, психологического и медико-биологического контроля для коррекции тренировочного процесса в избранном виде спорта, осуществлять контроль за формированием общей культуры, воспитания личностных качеств у лиц, занимающихся физической культурой и спортом

ОПК-13.1: Проводит комплексный контроль

Знать: Теоретические основы контроля: цели, задачи, принципы, виды, формы и методы контроля.
Уметь: Выбирать и применять инструменты комплексного контроля.

ОПК-13.2: Осуществляет коррекцию тренировочного процесса

Знать: Методологию коррекции тренировочного процесса в ИВС.
Уметь: Разрабатывать и применять комплексы для коррекции уровня физической и технической подготовленности спортсменов в ИВС.
Владеть: Методами варьирования тренировочной нагрузки (по объему, интенсивности, отдыху, координационной сложности).

ОПК-13.3: Использует методики анализа соревновательной деятельности занимающихся по виду спорта при оценке перспективности с выделением ключевых параметров

Знать: Структуру соревновательной деятельности в ИВС: ее компоненты (техническая, физическая, тактическая, психологическая, теоретическая подготовленность) и их взаимосвязь.
Уметь: Проводить структурированный анализ выступления спортсменов в ИВС.

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-14.2:Применяет правила пользования информационно-коммуникационными технологиями и средствами связи

Знать:
Классификацию и назначение основных типов ИКТ.

Уметь:
Составить презентацию для защиты учебно-тренировочного плана в ИВС

Владеть:
Техникой эффективного поиска и верификации информации в интернете (научные статьи, новые методики, правила FIG).

ОПК-14.3:Пользуется коммуникациями по координации и руководству организации тренировочного и образовательного процесса

Знать:
Цели и задачи коммуникаций в организации тренировочного процесса в ИВС.

Уметь:
Использовать коммуникацию в координации тренировочного и образовательного процесса в ИВС.

ОПК-15: Способен проводить научные исследования по определению эффективности используемых средств и методов в сфере спортивной подготовки и сфере образования

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

Знать:
Понимать основы педагогического эксперимента и критерии эффективности используемых средств и методов.

Уметь:
Проводить прямой параллельный эксперимент для оценки эффективности используемых средств и методов спортивной подготовки в ИВС.

Владеть:
Навыком критического мышления в отношении используемых средств и методов спортивной подготовки.

ОПК-16: Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами Российской Федерации и международными актами в сфере физической культуры и спорта и сфере образования

ОПК-16.1:Применяет нормативно-правовые акты в сфере образования и спортивной подготовки

Знать:
Ключевые нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность в сфере физической культуры, спорта и образования.

Уметь:
Применять положения нормативных документов для решения типовых профессиональных задач.

ОПК-16.2:Ориентируется в нормативно-правовых актах Российской Федерации и международных актах в сфере образования и спортивной подготовки

Знать:
Структуру, иерархию и назначение ключевых нормативных документов, регламентирующих деятельность в сфере физической культуры, спорта и образования на национальном и международном уровнях.

Уметь:
Осуществлять целенаправленный поиск, отбор и интерпретацию необходимых нормативных положений в соответствии с конкретной профессиональной ситуацией.

ОПК-16.3:Анализирует нормативные, прогнозные и фактические значения показателей результативности тренировочного и образовательного процесса

Знать:
Ключевые показатели результативности тренировочного процесса в ИВС.

Уметь:
Сопоставлять фактические результаты с запланированными (нормативными) и прогнозными значениями.

ОПК-18: Способен осуществлять методическое обеспечение и контроль в сфере спортивной подготовки и сфере образования

ОПК-18.1:Оценивает профессиональную деятельность в сфере спортивной подготовки и сфере образования

Знать:
Профессиональные стандарты и критерии качества.

Уметь:
Анализировать рабочие программы, индивидуальные планы, конспекты на соответствие стандартам и методическую грамотность в ИВС.

ОПК-18.2:Осуществляет методическое сопровождение спортивной подготовки

Знать:

Методологию спортивной подготовки в ИВС.

Уметь:

Разрабатывать методики обучения и развития в ИВС.

Владеть:

Инструментами мониторинга и анализа тренировочного процесса в ИВС.

ОПК-18.3:Разрабатывает презентационные материалы и проводит семинары, вебинары, презентации по вопросам совершенствования спортивной подготовки по виду спорта

Знать:

Современные тенденции и инновации в методике избранного вида спорта.

Уметь:

Разрабатывать презентацию на заданную тему.

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:

Основы организации безопасного пространства для участников спортивных мероприятий в ИВС.

Уметь:

Контролировать выполнение мер безопасности в ходе мероприятия.

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

Знать:

Технические регламенты и правила вида спорта.

Уметь:

Производить инвентаризацию и оценку состояния имеющегося оснащения.

ОПК-19.3:Контролирует исправность материально-технического оснащения в течение всего периода участия в спортивных соревнованиях, спортивных и физкультурных мероприятиях

Знать:

Критические точки отказа и износа для различных видов спортивного оборудования в ИВС.

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:

Виды образовательных программ, их структурные элементы и нормативно-правовую базу разработки.

ПК-1.2:Проводит занятия по физической культуре и спорту

Знать:

Методику проведения занятий разных типов в ИВС.

Уметь:

Ставить и четко формулировать цели и задачи конкретного занятия.

Владеть:

Методами организации и проведения занятий различной направленности в ИВС.

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

Знать:

Принципы и виды планирования в ИВС.

Уметь:

Разрабатывать документы планирования в ИВС.

Владеть:

Навыками работы с нормативной документацией по планированию в ИВС.

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. 1 семестр_модуль 1.1						
1.1	Исторический обзор развития избранного вида спорта /Тема/	1	0				
1.2	Исторический обзор развития избранного вида спорта /Лек/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-18.3-31			
1.3	Исторический обзор развития избранного вида спорта /Мет/	1	2	ОПК-1.4-31 ОПК-18.3-31			
1.4	Исторический обзор развития избранного вида спорта /Ср/	1	6	ОПК-1.4-31 ОПК-18.3-31			
1.5	Основы терминологии в ИВС /Тема/	1	0				
1.6	Основы терминологии в ИВС /Лек/	1	4	ОПК-1.4-31			
1.7	Основы терминологии в ИВС /Мет/	1	4	ОПК-1.4-У1			
1.8	Основы терминологии в ИВС. Основные и дополнительные средства ИВС. /Пр/	1	22	ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1			
1.9	Основы терминологии в ИВС. Основные и дополнительные средства ИВС. /Ср/	1	14	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-1.4-В1			
	Раздел 2. 1 семестр_модуль 1.2						
2.1	Материально-техническое обеспечение занятий ИВС. Техника безопасности, профилактика травматизма. /Тема/	1	0				
2.2	Материально-техническое обеспечение занятий ИВС. Техника безопасности, профилактика травматизма /Лек/	1	2	ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-19.1-31 ОПК-19.2-31 ОПК-19.3-31			
2.3	Материально-техническое обеспечение занятий ИВС. Техника безопасности, профилактика травматизма /Мет/	1	2	ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-19.1-31 ОПК-19.2-31 ОПК-19.3-31			
2.4	Материально-техническое обеспечение занятий ИВС. Техника безопасности, профилактика травматизма /Пр/	1	4	ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-У1 ОПК-19.1-У1 ОПК-19.2-У1			

2.5	Материально-техническое обеспечение занятий ИВС. Техника безопасности, профилактика травматизма /Ср/	1	10	ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-10.1-У1 ОПК-10.1-В1 ОПК-10.2-В1 ОПК-10.2-У1 ОПК-19.2-31 ОПК-19.2-У1			
2.6	Организационные основы и методические принципы проведения учебно-тренировочных занятий в ИВС /Тема/	1	0				
2.7	Организационные основы и методические принципы проведения учебно-тренировочных занятий в ИВС /Лек/	1	2	ОПК-3.2-31 ПК-1.2-31			
2.8	Организационные основы и методические принципы проведения учебно-тренировочных занятий в ИВС /Мет/	1	2	ОПК-1.4-У1 ОПК-3.2-У1 ПК-1.2-У1			
2.9	Организационные основы и методические принципы проведения учебно-тренировочных занятий в ИВС /Пр/	1	18	ОПК-3.2-В1 ОПК-5.2-У1 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1 ОПК-1.4-В1			
2.10	Организационные основы и методические принципы проведения учебно-тренировочных занятий в ИВС /Ср/	1	14	ОПК-1.4-У1 ОПК-3.2-31 ОПК-3.2-У1 ОПК-3.2-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1 ОПК-1.4-В1			
2.11	Экзамен /Экзамен/	1	36	ОПК-1.4-31 ОПК-1.4-У1 ОПК-3.2-31 ОПК-10.1-31 ОПК-10.2-31 ОПК-18.3-31 ОПК-19.1-31 ПК-1.2-31			
	Раздел 3. 2 семестр_модуль 2.1						
3.1	Теоретические и методические основы физической подготовки в ИВС /Тема/	2	0				
3.2	Теоретические и методические основы физической подготовки в ИВС. /Лек/	2	10	ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-12.2-31 ОПК-12.3-31			

3.3	Теоретические и методические основы физической подготовки в ИВС. /Мет/	2	6	ОПК-4.1-У1 ОПК-4.2-У1 ОПК-12.3-У1 ОПК-13.2-У1			
3.4	Теоретические и методические основы физической подготовки в ИВС. /Ср/	2	50	ОПК-1.4-У1 ОПК-1.5-У1 ОПК-3.2-31 ОПК-3.2-У1 ОПК-4.1-31 ОПК-4.1-У1 ОПК-4.2-31 ОПК-4.2-У1 ОПК-12.3-У1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1			
3.5	Теоретические и методические основы физической подготовки в ИВС /Пр/	2	22	ОПК-3.2-У1 ОПК-3.2-В1 ОПК-4.1-У1 ОПК-4.1-В1 ПК-1.2-В1 ОПК-1.4-В1			
3.6	Средства и методы организации и проведения физической подготовки в ИВС /Тема/	2	0				
3.7	Средства и методы организации и проведения физической подготовки в ИВС /Пр/	2	22	ОПК-3.2-В1 ОПК-4.1-В1 ОПК-4.2-В1 ОПК-5.2-У1 ОПК-12.3-У1 ОПК-1.4-В1			
3.8	Средства и методы организации и проведения физической подготовки в ИВС /Ср/	2	65	ОПК-3.2-У1 ОПК-4.1-У1 ОПК-4.2-У1 ПК-1.2-У1			
3.9	Средства и методы организации и проведения физической подготовки в ИВС /ИЗ/	2	1	ОПК-4.1-У1 ОПК-4.1-В1 ПК-1.2-У1			
3.10	Средства и методы организации и проведения физической подготовки в ИВС /Мет/	2	4	ОПК-3.2-31 ОПК-3.2-У1 ОПК-4.2-У1 ОПК-4.2-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1			
	Раздел 4. 3 семестр_модуль 2.2						
4.1	Теоретические и методические основы обучения базовым и профилирующим элементам технической подготовки в ИВС /Тема/	3	0				

4.2	Теоретические и методические основы обучения базовым и профилирующим элементам технической подготовки в ИВС /Лек/	3	10	ОПК-1.5-31 ОПК-3.2-31 ОПК-14.3-31 ПК-1.1-31 ПК-1.2-31 ПК-1.3-31			
4.3	Биомеханический анализ и программа обучения профилирующим элементам в ИВС /Мет/	3	10	ОПК-5.1-У1 ОПК-13.3-У1 ОПК-14.2-В1 ОПК-18.2-У1			
4.4	Теоретические и методические основы обучения базовым и профилирующим элементам технической подготовки в ИВС /Пр/	3	44	ОПК-1.5-В1 ОПК-3.3-В1 ОПК-5.2-В1 ОПК-18.2-У1			
4.5	Биомеханический анализ и программа обучения профилирующим элементам в ИВС /Ср/	3	79	ПК-1.2-У1 ПК-1.3-У1			
4.6	Биомеханический анализ и программа обучения профилирующим элементам в ИВС /ИЗ/	3	1				
4.7	Экзамен /Экзамен/	3	36	ОПК-1.5-31 ОПК-3.2-31 ОПК-4.1-31 ОПК-4.2-31 ОПК-12.2-31 ОПК-12.3-31 ОПК-14.3-31 ПК-1.1-31 ПК-1.2-31 ПК-1.3-31			
Раздел 5. 4 семестр_модуль 3.1							
5.1	Теоретические и методические основы хореографической и музыкально-двигательной подготовок в ИВС /Тема/	4	0				
5.2	Теоретические и методические основы хореографической и музыкально-двигательной подготовок в ИВС /Лек/	4	6	ОПК-5.1-31 ОПК-6.1-31 ПК-1.2-31			
5.3	Теоретические и методические основы хореографической и музыкально-двигательной подготовок в ИВС /Мет/	4	4	ОПК-5.1-У1 ОПК-6.1-У1 ПК-1.2-У1			
5.4	Теоретические и методические основы хореографической и музыкально-двигательной подготовок в ИВС /Пр/	4	36	ОПК-5.1-В1 ОПК-6.1-В1 ПК-1.2-В1			
5.5	Теоретические и методические основы хореографической и музыкально-двигательной подготовок в ИВС /Ср/	4	33	ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1			
Раздел 6. 4 семестр_модуль 3.2							
6.1	Структура и содержание соревновательной деятельности в ИВС /Тема/	4	0				

6.2	Структура и содержание соревновательной деятельности в ИВС /Лек/	4	4	ОПК-9.1-31 ОПК-9.3-31 ОПК-13.3-31			
6.3	Методология анализа соревновательной деятельности в ИВС /Мет/	4	6	ОПК-8.3-31 ОПК-9.1-У1 ОПК-9.3-У1 ОПК-13.3-У1			
6.4	Анализ содержания соревновательной деятельности в ИВС /Пр/	4	10	ОПК-9.1-В1 ОПК-9.3-У1 ОПК-13.3-У1			
6.5	Анализ содержания соревновательной деятельности в ИВС /ИЗ/	4	1	ОПК-18.3-У1			
6.6	Анализ содержания соревновательной деятельности в ИВС /Ср/	4	44	ОПК-13.3-У1 ОПК-14.2-У1 ОПК-14.2-В1			
6.7	Зачет, курсовая работа /Зачёт/	4	0	ОПК-5.1-31 ОПК-6.1-31 ОПК-9.1-31 ОПК-9.3-31 ОПК-9.3-У1 ОПК-13.3-31 ОПК-14.2-У1 ПК-1.2-31			
	Раздел 7. 5 семестр_модуль 4.1						
7.1	Структура и содержание многолетней подготовки в ИВС /Тема/	5	0				
7.2	Структура и содержание многолетней подготовки в ИВС /Лек/	5	6	ОПК-5.1-31 ОПК-12.1-31 ОПК-14.3-31 ПК-1.2-31			
7.3	Структура и содержание многолетней подготовки в ИВС /Мет/	5	2	ОПК-5.1-У1 ОПК-12.1-У1 ОПК-14.3-У1 ПК-1.2-У1			
7.4	Структура и содержание многолетней подготовки в ИВС /Пр/	5	30	ОПК-12.1-В1 ПК-1.2-В1			
7.5	Структура и содержание многолетней подготовки в ИВС /Ср/	5	20	ОПК-12.1-У1 ОПК-12.1-В1 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1			
7.6	Научно-методическое сопровождение подготовки занимающихся в ИВС /Тема/	5	0				

7.7	Научно-методическое сопровождение подготовки занимающихся в ИВС /Лек/	5	4	ОПК-9.2-31 ОПК-9.3-31 ОПК-12.1-31 ОПК-13.2-31 ОПК-15.2-31			
7.8	Научно-методическое сопровождение подготовки занимающихся в ИВС /Мет/	5	4	ОПК-9.2-У1 ОПК-9.3-У1 ОПК-12.1-У1 ОПК-13.2-У1 ОПК-14.2-У1 ОПК-18.2-У1			
7.9	Научно-методическое сопровождение подготовки занимающихся в ИВС /ИЗ/	5	1	ОПК-15.2-В1			
7.10	Научно-методическое сопровождение подготовки занимающихся в ИВС /Ср/	5	41	ОПК-9.2-У1 ОПК-9.3-У1 ОПК-12.1-В1 ОПК-13.2-У1 ОПК-14.2-У1 ОПК-14.2-В1 ОПК-15.2-В1			
7.11	Курсовая работа /КР/	5	0	ОПК-5.1-31 ОПК-9.2-31 ОПК-9.2-У1 ОПК-9.2-В1 ОПК-9.3-31 ОПК-9.3-У1 ОПК-12.1-В1 ОПК-14.2-В1 ОПК-15.2-В1 ОПК-16.3-У1 ОПК-18.2-31 ОПК-18.2-В1 ОПК-18.3-У1			
	Раздел 8. 6 семестр_модуль 4.2						
8.1	Основы построения и планирования многолетней спортивной подготовки в ИВС /Тема/	6	0				
8.2	Основы построения и планирования многолетней спортивной подготовки в ИВС /Лек/	6	4	ОПК-1.5-31 ОПК-1.6-31 ОПК-2.3-31 ОПК-16.1-31 ОПК-16.2-31 ПК-1.1-31 ПК-1.3-31			

8.3	Основы построения и планирования многолетней спортивной подготовки в ИВС /Мет/	6	4	ОПК-1.5-У1 ОПК-1.6-У1 ОПК-16.1-У1 ОПК-16.2-У1 ПК-1.3-У1			
8.4	Основы построения и планирования многолетней спортивной подготовки в ИВС /Пр/	6	12	ОПК-1.5-В1 ОПК-1.6-В1 ОПК-16.1-У1 ОПК-16.2-У1 ПК-1.3-В1			
8.5	Основы построения и планирования многолетней спортивной подготовки в ИВС /Ср/	6	40	ОПК-1.5-В1 ОПК-1.6-В1 ОПК-16.2-У1 ОПК-16.3-У1 ПК-1.3-В1			
8.6	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /Тема/	6	0				
8.7	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /Лек/	6	6	ОПК-1.6-31 ОПК-5.2-31 ОПК-5.4-31 ПК-1.1-31			
8.8	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /Мет/	6	6	ОПК-1.6-У1 ОПК-5.2-У1 ОПК-5.4-У1 ПК-1.2-31			
8.9	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /Пр/	6	30	ОПК-1.6-В1 ОПК-5.2-В1 ОПК-5.4-В1 ПК-1.2-У1 ПК-1.2-В1			
8.10	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /ИЗ/	6	1	ПК-1.2-В1			
8.11	Технологии подготовки юных спортсменов в ИВС /Ср/	6	41	ПК-1.1-31 ПК-1.2-31 ПК-1.2-У1			
8.12	Зачет /Зачёт/	6	0	ОПК-1.6-31 ОПК-5.2-31 ОПК-5.4-31 ПК-1.1-31 ПК-1.2-31			
	Раздел 9. 7 семестр_модуль 5.1						
9.1	Технологии спортивного отбора и ориентации в ИВС /Тема/	7	0				
9.2	Технологии спортивного отбора и ориентации в ИВС /Лек/	7	4	ОПК-2.1-31 ОПК-2.2-31 ОПК-4.1-31 ОПК-12.1-31			

9.3	Технологии спортивного отбора и ориентации в ИВС /Мет/	7	4	ОПК-2.1-У1 ОПК-2.2-У1 ОПК-9.3-У1 ОПК-12.1-У1 ОПК-12.2-У1 ОПК-13.3-У1			
9.4	Технологии спортивного отбора и ориентации в ИВС /Пр/	7	6	ОПК-2.2-В1 ОПК-9.3-У1 ОПК-12.1-В1 ОПК-12.2-В1 ОПК-13.3-У1			
9.5	Технологии спортивного отбора и ориентации в ИВС /Ср/	7	17	ОПК-2.1-У1 ОПК-2.3-У1 ОПК-13.3-У1			
9.6	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /Тема/	7	0				
9.7	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /Лек/	7	6	ОПК-1.6-31 ОПК-5.4-31 ОПК-6.1-31 ОПК-6.2-31 ОПК-18.2-31			
9.8	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /Мет/	7	6	ОПК-1.6-У1 ОПК-5.4-У1 ОПК-6.1-У1 ОПК-6.2-У1 ОПК-18.2-У1			
9.9	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /Пр/	7	18	ОПК-1.6-В1 ОПК-3.2-В1 ОПК-4.2-В1 ОПК-4.3-В1 ОПК-5.4-В1 ОПК-6.1-В1 ОПК-12.3-У1 ОПК-13.2-В1 ОПК-14.3-У1 ОПК-18.2-В1 ПК-1.3-В1			
9.10	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /ИЗ/	7	1	ОПК-4.2-У1			
9.11	Технологии специализированной подготовки спортсменов в ИВС /Ср/	7	10	ОПК-5.1-В1			
	Раздел 10. 8 семестр_модуль 5.2						
10.1	Комплексный контроль в ИВС. Технологии восстановления в ИВС /Тема/	8	0				

10.2	Комплексный контроль в ИВС. Технологии восстановления в ИВС /Лек/	8	4	ОПК-3.3-31 ОПК-9.3-31 ОПК-10.4-31 ОПК-12.1-31 ОПК-12.2-31 ОПК-13.1-31 ОПК-16.3-31			
10.3	Комплексный контроль в ИВС. Технологии восстановления в ИВС /Мет/	8	10	ОПК-3.3-У1 ОПК-9.3-У1 ОПК-10.4-У1 ОПК-12.1-У1 ОПК-12.2-У1 ОПК-13.1-У1 ОПК-16.3-У1			
10.4	Комплексный контроль в ИВС. Технологии восстановления в ИВС /Пр/	8	10	ОПК-3.3-В1 ОПК-9.2-В1 ОПК-10.4-У1 ОПК-12.1-В1 ОПК-12.2-В1 ОПК-15.2-У1 ОПК-18.2-В1			
10.5	Комплексный контроль в ИВС. Технологии восстановления в ИВС /Ср/	8	15	ОПК-12.1-У1 ОПК-14.2-У1 ОПК-15.2-В1			
10.6	Педагогическое мастерство тренера /Тема/	8	0				
10.7	Педагогическое мастерство тренера /Лек/	8	6	ОПК-6.1-31 ОПК-6.2-31 ОПК-8.1-31 ОПК-14.2-31 ОПК-14.3-31 ОПК-16.1-31 ОПК-18.1-31 ОПК-19.2-31 ПК-1.2-31			
10.8	Педагогическое мастерство тренера /Мет/	8	10	ОПК-6.1-У1 ОПК-6.2-У1 ОПК-8.1-У1 ОПК-14.3-У1 ОПК-16.1-У1 ОПК-18.1-У1 ОПК-19.2-У1			

10.9	Педагогическое мастерство тренера /Пр/	8	20	ОПК-5.2-В1 ОПК-6.1-В1 ОПК-8.1-В1 ОПК-8.3-У1 ОПК-14.3-У1 ОПК-16.2-У1			
10.10	Педагогическое мастерство тренера /ИЗ/	8	1	ПК-1.1-31			
10.11	Педагогическое мастерство тренера /Ср/	8	32	ОПК-8.1-У1 ОПК-8.3-У1			
10.12	Экзамен /Экзамен/	8	36	ОПК-3.3-31 ОПК-6.1-31 ОПК-6.2-31 ОПК-8.1-31 ОПК-9.3-31 ОПК-10.4-31 ОПК-12.1-31 ОПК-13.1-31 ОПК-14.3-31 ОПК-16.1-31 ОПК-16.3-31 ОПК-18.1-31 ОПК-19.2-31			

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

5.1. Контрольные вопросы и задания

1 семестр

Экзаменационные вопросы

Художественная гимнастика

1. Художественная гимнастика как вид спорта, понятие, отличительные особенности.
2. Структура мировой художественной гимнастики, особенности спортивной подготовки гимнасток элитного уровня в России и за рубежом.
3. Характеристика современного этапа развития художественной гимнастики.
4. Характеристика спортивного направления художественной гимнастики в России и за рубежом.
5. Исторические предпосылки появления художественной гимнастики, гимнастические направления конца 19, начала 20 века (эстетическая, ритмическая, танцевальная, свободный танец)
6. Исторические этапы становления художественной гимнастики как вида спорта.
7. Классификация средств художественной гимнастики, их направленность и особенности использования.
8. Требования к гимнастическим терминам и способы их образования.
9. Способы образования терминов в художественной гимнастике (привести примеры терминов).
10. Правила записи гимнастических упражнений (общие, основные и дополнительные термины, сокращение терминов, запись нескольких движений).
11. Характеристика гимнастических стоек, классификация стоек и правила записи (указать не менее 10 видов стоек).
12. Характеристика положений и движений рук в художественной гимнастике и правила их записи (указать не менее 10 положений прямых и согнутых рук, специфические движения ХГ).
13. Дать характеристику положений лежа и указать не менее 5 их разновидностей, используемых в художественной гимнастике.
14. Дать характеристику положений и движений ног, указать не менее 10 их разновидностей, используемых в художественной гимнастике.
15. Дать определение гимнастическому термину «упор» и указать не менее 7 разновидностей данных положений в художественной гимнастике.
16. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием «седов».
17. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием упоров.
18. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов в положении лежа.
19. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов в положении стоя.
20. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с мячом.

21. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов со скакалкой.
22. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с обручем.
23. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с лентой.
24. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с булавами.
25. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием выпадов.
26. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием наклонов.
27. Придумать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием приседаний.
28. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение в ходьбе с движением рук на 8 счетов.
29. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение с прыжками и движением рук на 8 счетов.
30. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение на 8 счетов с использованием элемента трудности тела -равновесия.
31. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов комбинацию танцевальных шагов (приставной шаг и шаг галопа
32. Разработать и записать комплекс упражнения для обучения шагу польки вперед в художественной гимнастике.
33. Разработать и записать комплекс упражнений для обучения (вальсовому шагу вперед и назад) шагу польки назад в художественной гимнастике.
34. Разработать и записать комплекс упражнений для обучения (вальсовому шагу с поворотом) шагу польки с поворотом в художественной гимнастике.
35. Дать определение гимнастическому термину «сед» и указать не менее 7 разновидностей данных положений в художественной гимнастике.
36. Дать характеристику положений лежа и указать не менее 5 их разновидностей, используемых в художественной гимнастике.
37. Дать определение гимнастическому термину «упор» и указать не менее 7 разновидностей данных положений в художественной гимнастике.
38. Разработать и записать с помощью гимнастических терминов упражнение в ходьбе с движением туловища на 8 счетов.
39. Разработать и записать комплекс упражнений для обучения шагу галопа в художественной гимнастике.
40. Разработать и записать комплекс упражнений для обучения (вальсовому шагу в сторону «балансе») шагу польки «по треугольнику» в художественной гимнастике.
41. Разработать и записать комплекс упражнений для обучения народному танцевальному шагу в художественной гимнастике (русский танец, татарский танец, греческий танец и т.п.).
42. Дать определение понятиям «спортивная подготовка» и «подготовленность спортсмена», цель и задачи спортивной подготовки в художественной гимнастике.
43. Дать определение понятиям «спортивная тренировка» и «тренированность спортсмена», виды спортивной подготовки в художественной гимнастике и их краткая характеристика.
44. Опишите эргономические требования к выбору размера и веса предметов (мяча, обруча) для разных возрастных групп.
45. На основании каких государственных документов осуществляется проектирование и оснащение зала для художественной гимнастики?
46. Обоснуйте, как выбор покрытия влияет на биомеханику движений, нагрузку на суставы и профилактику травм опорно-двигательного аппарата?
47. Укажите, к каким последствиям (техническим ошибкам, риску травм) может привести несоответствие предмета антропометрическим данным гимнастки?
48. Обоснуйте, какое вспомогательное оборудование необходимо для безопасного освоения сложнокоординационных и акробатических элементов?
49. Определите содержание вводного инструктажа по технике безопасности для родителей и детей, впервые пришедших в секцию художественной гимнастики.
50. Сформулируйте внутренние правила поведения в зале, минимизирующие риск травматизма при групповых занятиях.

Спортивная гимнастика

1. Виды и разновидности гимнастики. Опишите цели и задачи разных видов гимнастики, перечислите и опишите спортивные виды гимнастики.
2. Исторические истоки спортивной гимнастики. Европейское гимнастическое движение XIX-начале XX веков. Возникновение FIG. Первые абсолютные олимпийские чемпионы по спортивной гимнастике среди мужчин и женщин.
3. Оригинальные системы гимнастики: немецкая, французская, шведская, сокольская.
4. Спортивная гимнастика в РСФСР и СССР (1917-1941 гг). Приведите примеры биографии и спортивных достижений не менее двух гимнастов рассматриваемого периода.
5. Спортивная гимнастика в СССР (1945-1991 гг). Приведите примеры биографии и спортивных достижений не менее двух гимнастов рассматриваемого периода.
6. Спортивная гимнастика в России (1991-2008 гг). Состояние спортивной гимнастики. Приведите примеры биографии и спортивных достижений не менее двух гимнастов рассматриваемого периода.
7. Спортивная гимнастика в России (с 2010 г). Состояние спортивной гимнастики. Приведите примеры биографии и спортивных достижений не менее двух гимнастов рассматриваемого периода.
8. История федерации спортивной гимнастики России. Руководители и основные достижения. Современная Федерация гимнастики России, структура и руководители.

9. Спортивная гимнастика в мире, выдающиеся гимнасты и гимнастки разных времен. Лидеры современного мирового помоста у мужчин и женщин.
10. Тенденции развития спортивной гимнастики.
11. Понятие спортивной подготовки и подготовленности спортсмена в спортивной гимнастике. Результат спортивной подготовки. Спортивная форма, спортивная тренировка и тренированность спортсмена в спортивной гимнастике.
12. Опишите архитектуру спортивной подготовки в спортивной гимнастике: Цель, задачи, виды подготовки, основные средства, формы занятий.
13. Дайте определение понятиям «техническая подготовка» и «техника упражнения». Понятие «вариативность техники» и принципы освоения технических элементов разной технической сложности на разных этапах обучения.
14. Дайте определение понятию «физическая подготовка» в спортивной гимнастике. Виды физической подготовки, цели и задачи видов физической подготовки.
15. Приведите примеры средств оценки физической подготовленности гимнастов с указанием упражнений и двигательных качеств, которые они оценивают для юношей и девушек.
16. Понятие о координационной подготовке. Виды координационной подготовки. Цель и задачи видов координационной подготовки.
17. Понятие о двигательно-хореографической подготовке. Цель и задачи двигательно-хореографической подготовки. Средства хореографии.
18. Понятие о тренировочно-соревновательной (интегральной) подготовке. Цель и задачи тренировочно-соревновательной (интегральной) подготовки в спортивной гимнастике.
19. Классификация и устройство спортивных снарядов и оборудования в спортивной гимнастике: технические характеристики, размеры, особенности конструкции и правила эксплуатации. Требования к зонам безопасности. Помост для соревнований по спортивной гимнастике.
20. Понятие «гимнастическая терминология» и «термин». Требования к терминам, способы образования терминов. Приведите пример образования терминов каждого из способов.
21. Закономерности образования терминов для различных типов упражнений: статические упражнения, маховые упражнения, прыжки и соскоки. Приведите примеры терминов каждой группы упражнений.
22. Перечислите слова (термины), исключаемые при записи гимнастических упражнений, опишите почему (пять групп исключений).
23. Опишите порядок терминологической записи общеразвивающих упражнений и упражнений на гимнастических снарядах.
24. Стоечная подготовка в спортивной гимнастике. Цели, задачи, используемые средства. Перечислите общие методические рекомендации по освоению элементов стоечной подготовки.
25. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания стойки на руках. Обоснуйте выбранные средства.
26. Перечислите упражнения стоечной подготовки на ковре для гимнастов и гимнасток этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа. Опишите цель, методические рекомендации к ним и технику выполнения.
27. Перечислите кувырковые упражнения стоечной подготовки на ковре для гимнастов и гимнасток этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа. Опишите цель, методические рекомендации к ним и технику выполнения.
28. Перечислите упражнения стоечной подготовки на напольной стоялке/жерди для гимнастов и гимнасток этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа. Опишите методические рекомендации к ним и технику выполнения.
29. Перечислите упражнения стоечной подготовки на бревне для гимнасток учебно-тренировочного этапа. Опишите методические рекомендации к ним и технику выполнения.
30. Перечислите упражнения стоечной подготовки на параллельных брусьях / стояках для гимнастов этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа. Опишите методические рекомендации к ним и технику выполнения.
31. Перечислите упражнения стоечной подготовки на кольцах для гимнастов учебно-тренировочного этапа. Опишите методические рекомендации к ним и технику выполнения.
32. Составьте и опишите общеразвивающие упражнения на 16 счетов в положении стоя, учитывая специфику спортивной гимнастики (положение тела или частей тела меняется на каждый счет). Обоснуйте подбор упражнений.
33. Составьте и опишите общеразвивающие упражнения на 16 счетов в положении сидя, учитывая специфику спортивной гимнастики (положение тела или частей тела меняется на каждый счет). Обоснуйте подбор упражнений.
34. Составьте и опишите общеразвивающие упражнения на 16 счетов в положении лежа, учитывая специфику спортивной гимнастики (положение тела или частей тела меняется на каждый счет). Обоснуйте подбор упражнений.
35. Опишите возможные основные положения тела в спортивной гимнастике. Подберите наиболее целесообразные упражнения для освоения гимнастами динамической осанки. Обоснуйте выбранные средства.

Акробатический рок-но-ролл

1. Акробатический рок-н-ролл. Возникновение, развитие и современное состояние вида спорта. Основные исторические этапы развития
2. История возникновения WRRС. Европейская рок-н-рольная ассоциация (ЕРРА). Возникновение и развитие акробатического рок-н-ролла в России. Тенденции развития вида спорта.
3. Требования к местам проведения соревнований и тренировок по акробатическому рок-н-роллу. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки в акробатическом рок-н-ролле. Требования к спортивной экипировке
4. Характеристика вида спорта акробатический рок-н-ролл, его особенности. Дисциплины акробатического рок-н-ролла
5. Простые танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур

6. Танцевальная подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы танцевальной подготовки. Танцевальный шаг рок-н-ролла (основной ход), танцевальные фигуры, танцевальные позиции, танцевальные движения из других направлений
7. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма в акробатическом рок-н-ролле. Врачебный контроль и самоконтроль в акробатическом рок-н-ролле
8. Обеспечение безопасности на тренировочных занятиях акробатическим рок-н-роллом. Причины травматизма и способы его предупреждения. Техника безопасности. Профессиональные травмы и заболевания в акробатическом рок-н-ролле: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики
9. Техника исполнения основного хода в акробатическом рок-н-ролле. Принципы и музыкальность исполнения основного хода
10. Опишите схему основного хода. Подберите подготовительные и подводящие упражнения для обучения спортсменов основному ходу
11. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн-микст мужчины и женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам
12. Танцевальные позиции в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования
13. Музыкальное сопровождение в акробатическом рок-н-ролле. Ритм и размер музыкального сопровождения. Темп и динамические оттенки музыки, понятие об ударности. Музыкальные стили. Использование музыки разных стилей в акробатическом рок-н-ролле. Современные средства записи и воспроизведения музыки. Требования к фонограмме для тренировок и соревнований
14. Групповые спортивные дисциплины в акробатическом рок-н-ролле «формейшн». Разновидности, требования к составам команд. Алгоритм построения композиции
15. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн девочки, формейшн девушки, формейшн женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам
16. Танцевальная подготовка спортсменов на тренировочном этапе – вариации основного хода, разновидности работы рук
17. Вращения в акробатическом рок-н-ролле и их разновидности. Техника выполнения
18. Сложные танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования. Последовательность изучения сложных танцевальных фигур. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.

3 семестр

1. Дайте определение физической подготовки (ФП) в спорте. Раскройте ее значение как основы технического мастерства, выразительности и профилактики травматизма в художественной гимнастике.
2. Назовите и охарактеризуйте основные разделы (виды) физической подготовки в ХГ.
3. Раскройте понятие «базовая физическая подготовленность» гимнастики. Каковы ее основные компоненты и как она связана со стабильностью техники?
4. Принципы физической подготовки в ХГ: принципы систематичности, доступности и индивидуализации, прогрессирования нагрузок, сопряженного воздействия. Объясните их практическую реализацию.
5. Объясните взаимосвязь и взаимовлияние различных видов физических качеств (гибкости, силы, координации, выносливости, скорости) в художественной гимнастике. Почему их развитие должно быть гармоничным и комплексным?
6. Цели, задачи и основные средства общей физической подготовки (ОФП) в художественной гимнастике. Чем ОФП в ХГ отличается от ОФП в других видах спорта?
7. Роль ОФП в создании фундамента здоровья и работоспособности юной гимнастки. Как ОФП способствует профилактике диспропорций в развитии и травм?
8. Основные группы средств ОФП для гимнасток: упражнения из других видов спорта, подвижные игры, общеразвивающие упражнения (ОРУ). Приведите конкретные примеры.
9. Контроль уровня ОФП. Какие общие тесты могут использоваться и как интерпретируются их результаты в контексте ХГ?
10. Дайте определение специальной физической подготовки (СФП). В чем ее принципиальное отличие от ОФП? Назовите основные направления СФП в ХГ.
11. Классификация и характеристика специальных физических качеств в художественной гимнастике.
12. Раскройте понятие «специально-двигательная» физическая подготовка. Как развиваются специфические качества для работы с каждым из пяти предметов (например, сила кисти для булав, плечевого пояса для ленты)?
13. Средства СФП: специально-подготовительные упражнения, имитационные упражнения, упражнения с отягощениями и сопротивлением, упражнения в статических позах. Приведите примеры для развития каждого качества.
14. Методика интеграции физической и технической подготовки. Почему «чистая» физическая подготовка, оторванная от технического рисунка движений ХГ, малоэффективна? Как обеспечить перенос физических качеств в соревновательные элементы?
15. Принципы развития физических способностей в художественной гимнастике: регулярности педагогических воздействий, постепенности.
16. Принципы развития физических способностей в художественной гимнастике: возрастной адекватности педагогических воздействий, опережающих воздействий, сопряженного воздействия.
17. Дайте определение гибкости как физического качества. Объясните, почему в художественной гимнастике гибкость является базовым компонентом технического мастерства и художественной выразительности.
18. Классификация видов гибкости. Раскройте содержание каждого вида и приведите примеры их проявления в упражнениях художественной гимнастики.
19. Анатомо-физиологические факторы, лимитирующие проявление гибкости в художественной гимнастике.

20. Понятие "подвижность в суставах". Какие суставы являются ключевыми для достижения высоких результатов в художественной гимнастике?
21. Характеристика влияния возрастного и гендерного факторов на проявление гибкости в художественной гимнастике.
22. Основные средства развития гибкости в художественной гимнастике и их характеристика.
23. Классификация методов развития гибкости. Дайте их подробную характеристику.
24. Опишите методику развития активной гибкости. Какие методы и упражнения направлены на уменьшение разницы между пассивной и активной гибкостью?
25. Опишите методику развития «выворотности» в художественной гимнастике. Какие методы и упражнения направлены на увеличение «выворотности» гимнастки.
26. Особенности развития гибкости в различные возрастные периоды (сенситивные периоды). На какие возрастные этапы приходится наиболее интенсивное развитие гибкости и почему?
27. Средства улучшения амплитуды выполнения продольного и поперечного шпагатов.
28. Средства повышения подвижности позвоночника и плечевого сустава.
29. Упражнения для укрепления и растягивания голеностопа. В какой части тренировки наиболее эффективно развивать гибкость? Какова оптимальная дозировка?
30. Основные методические ошибки при развитии гибкости у юных гимнасток (форсированная растяжка, недостаточный разогрев, игнорирование болевых ощущений, работа только в пассивном режиме). К каким последствиям они приводят?
31. Медико-биологическое обеспечение развития гибкости. Роль разминки, массажа, сауны, средств восстановления в повышении эластичности мышц.
32. Дайте определение силовым способностям в спорте. Объясните, почему в художественной гимнастике речь идет именно о силовых способностях, а не просто о силе.
33. Классификация силовых способностей. Охарактеризуйте каждый вид применительно к специфике художественной гимнастики.
34. Анатомо-физиологические основы проявления силовых способностей. Роль нервно-мышечного аппарата (частота и синхронность импульсации мотонейронов), поперечного сечения мышц, композиции мышечных волокон (соотношение быстрых и медленных).
35. Особенности проявления силовых способностей в художественной гимнастике. Специфика силовых проявлений в работе с предметами и в работе тела (равновесия, прыжки, повороты).
36. Взаимосвязь силовых способностей с другими физическими качествами гимнастки: гибкостью, координацией, выносливостью. Понятие "силовая подготовленность" как комплексное качество.
37. Основные средства развития силовых способностей в художественной гимнастике. Дайте их характеристику.
38. Методы развития собственно-силовых способностей (максимальной силы). Метод максимальных усилий, метод повторных непредельных усилий. Их дозировка и применение в подготовке гимнасток старшего возраста.
39. Методы развития скоростно-силовых способностей. Метод динамических усилий ("взрывная" сила), ударный метод (плиометрика). Приведите примеры упражнений для развития прыгучести и быстроты манипуляций предметом.
40. Методы развития силовой выносливости. Метод круговой тренировки, игровой метод. Их роль в подготовке к выполнению комбинации в целом.
41. Статический (изометрический) компонент силовой подготовки в художественной гимнастике. Его значение для удержания равновесий, фиксации поз. Методы изометрических усилий.
42. Контроль и оценка уровня развития силовых способностей.
43. Проанализируйте типичные ошибки в силовой подготовке юных гимнасток (например, игнорирование изометрического режима, недостаточное развитие силы мышц-стабилизаторов).
44. Докажите на конкретных примерах, что высокий уровень развития силовых способностей является фундаментом технического мастерства и профилактики травматизма в художественной гимнастике.
45. Дайте определение координационным способностям (КС) в спорте. Объясните, почему именно они являются ведущим физическим качеством в художественной гимнастике.
46. Классификация координационных способностей. Охарактеризуйте общие и специальные координационные способности.
47. Опишите психофизиологические механизмы, лежащие в основе координационных способностей: роль центральной нервной системы, проприоцептивной чувствительности, вестибулярного аппарата, зрительного и слухового анализаторов.
48. Понятие «кинестетическое чувство» («чувство тела», «чувство позы», «чувство предмета»). Его роль в управлении движениями гимнастки.
49. Раскройте понятие «ритмические способности» как разновидность КС. Их значение для согласования движений тела с музыкой и траекториями предмета.
50. Перечислите и охарактеризуйте основные специальные координационные способности, определяющие мастерство в художественной гимнастике.
51. Что такое «предметная подготовка» с точки зрения развития КС? Как работа с каждым из 5 предметов (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента) развивает специфические координационные способности?
52. Координационные способности как основа техники выполнения базовых элементов: прыжков, поворотов, равновесий, элементов гибкости. Приведите конкретные примеры.
53. Основные средства развития координационных способностей в ХГ.
54. Основные методические подходы и принципы развития КС.
55. Опишите метод «сенсорной активизации». Как упражнения с закрытыми глазами, на неустойчивой опоре, с зеркальным выполнением развивают кинестетическое чувство и координацию?
56. Как развивается способность к равновесию? Методы и упражнения для совершенствования статического и

динамического равновесия.

57. Методика развития пространственной ориентировки. Упражнения для точного определения положения тела в пространстве.

58. Роль хореографической подготовки в развитии координационных способностей. Почему классический экзерсис у станка считается «школой координации» для гимнастки?

59. Особенности развития координационных способностей в различные возрастные периоды. Что такое сенситивный период для развития КС и когда он наступает? Акценты в работе с детьми 5-7, 8-10, 11-13 лет.

60. Контроль и оценка уровня развития координационных способностей. Назовите специфические и неспецифические тесты для гимнасток.

61. Проанализируйте типичные координационные ошибки у юных гимнасток (потеря предмета, «закручивание» в поворотах, неточность броска, несовпадение с музыкой). Какие дефициты КС лежат в основе каждой из этих ошибок и как их исправлять?

62. Дайте определение скоростным способностям в спорте. Объясните, почему в художественной гимнастике применимо понятие «скоростные способности», а не просто «скорость».

63. Классификация видов скоростных способностей. Охарактеризуйте каждый вид применительно к ХГ.

64. Анатомо-физиологические основы скоростных способностей. Роль ЦНС, композиции мышц, уровня развития межмышечной координации.

65. Специфика проявления скоростных способностей в художественной гимнастике. Приведите примеры, где проявляется каждый вид скоростных способностей.

66. Взаимосвязь скоростных способностей с другими физическими качествами гимнастки: с координацией, с силой, с гибкостью.

67. Основные средства развития скоростных способностей в ХГ.

68. Основные методы развития скоростных способностей в ХГ.

69. Особенности развития скоростных способностей в различные возрастные периоды. Сенситивные периоды для развития быстроты (7-11 лет). Как меняются акценты в методике у гимнасток юниорского и взрослого возраста?

70. Планирование скоростной подготовки в структуре тренировочного занятия. В какой части урока необходимо развивать скоростные качества и почему?

71. Контроль и оценка уровня развития скоростных способностей у гимнасток. Приведите примеры тестов.

72. Типичные ошибки в методике развития скорости у юных гимнасток: выполнение упражнений на фоне утомления, чрезмерное увеличение объема в ущерб интенсивности, отсутствие акцента на технику. К каким последствиям это приводит?

73. Дайте определение выносливости как физического качества. Объясните, почему в художественной гимнастике ключевое значение имеет специальная выносливость, а не общая.

74. Классификация видов выносливости. Охарактеризуйте применительно к ХГ.

75. Физиологические основы выносливости. Раскройте роль энергетических систем: аэробной и анаэробных для обеспечения работы во время комбинации.

76. Специфика проявления выносливости в соревновательной деятельности гимнастки. Проанализируйте нагрузку в ходе выполнения: один вид упражнения (1,15 – 1,30 мин), многоборье в течение всего турнира (2-3 дня).

77. Основные средства развития выносливости в ХГ.

78. Основные методы развития выносливости в ХГ.

79. Методика развития силовой выносливости мышц ног (для прыжков и передвижений), туловища (для удержания осанки и равновесий), плечевого пояса (для работы с предметом). Приведите примеры упражнений.

80. Методика развития скоростной выносливости. Как применяется метод контрастных заданий?

81. Что такое координационная выносливость и как ее развивать? Упражнения на сохранение точности бросков, равновесий и сложных координационных связей в условиях наступающего утомления.

82. Структура и содержание аэробной базы гимнастки. Почему хорошо развитая общая выносливость ускоряет восстановление между подходами, тренировками и соревновательными днями?

83. Развитие выносливости в предметной подготовке. Упражнения для повышения устойчивости навыков работы с предметом на фоне утомления.

84. Понятие «экономичность движений» как фактор выносливости. Объясните, как совершенная техника, рациональный мышечный тонус и свобода движений повышают специальную выносливость.

85. Планирование развития выносливости в структуре тренировочного занятия. Где в занятии целесообразно развивать общую, а где специальную выносливость? Почему упражнения на выносливость не ставятся в начало основной части?

86. Контроль и оценка уровня развития различных видов выносливости у гимнасток. Возможные тесты.

87. Проанализируйте типичные ошибки в развитии выносливости: ранняя узкая специализация на специальной выносливости в ущерб аэробной базе, выполнение работы «на износ» с нарушением техники. К каким последствиям (физическим и техническим) это приводит?

88. Дайте определение беспредметной подготовке (БПП) в художественной гимнастике. Объясните ее роль как фундамента технического мастерства и предметной подготовки.

89. Классификация элементов беспредметной подготовки по структурным группам. Перечислите основные группы и кратко охарактеризуйте их техническую сущность.

90. Понятие «гимнастической школы» в ХГ. Какие базовые двигательные навыки и позы входят в ее состав?

91. Дайте определение «сложности тела» (Body Difficulty) согласно современному Кодексу оценок FIG. Как элементы БПП формируют ценность упражнения?

92. Раскройте структуру процесса обучения двигательному действию (этапность) применительно к элементам БПП.

93. Опишите дидактические принципы, лежащие в основе обучения технике: принципы доступности, систематичности, сознательности, наглядности. Приведите пример их применения при разучивании нового элемента

(например, поворота).

94. Объясните роль представления о движении (двигательного образа) на этапе начального обучения. Какие методы и средства используются для его создания?

95. Раскройте понятие «техника исполнения» гимнастического элемента, «основа» и «детали техники». Из каких компонентов она складывается: пространственные, временные, динамические и ритмические характеристики.

96. Биомеханические условия сохранения равновесия. Классификация равновесий в ХГ.

97. Роль базовых элементов в обучении профилирующим равновесиям ХГ. Подводящие упражнения у опоры.

98. Приведите пример подводящих и подготовительных упражнений для разучивания конкретного профилирующего поворота.

99. Понятие «ошибки» в технике исполнения. Классификация ошибок, привести конкретный пример разбора ошибок. Как ошибки влияют на оценку?

100. Как осуществляется интеграция элементов БПП в связки и комбинации? Методические приемы обучения соединениям.

Спортивная гимнастика

1. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе. Понятия «основа техники», «ведущее звено техники», «детали техники».

2. Представьте описание техники выполнения элемента спортивной гимнастики (на выбор). Опишите содержание движений в каждой из частей основы техники. Укажите ведущее звено техники, общие и индивидуальные детали техники. Укажите количественные требования к выполнению рассматриваемого элемента.

3. Понятие движения в спортивной гимнастике. Поступательное и вращательное движение. Понятия инерции и инертности применительно к гимнастическим элементам. Соотношение момента инерции и угловой скорости во вращательных движениях.

4. Понятие о вращательных движениях. Оси вращения. Приведите примеры элементов спортивной гимнастики, где осуществляется простое вращение вокруг вертикальной / поперечной / сагитальной осей, а так же, примеры элементов где наблюдается сложное вращение.

5. Расскажите о способах создания сложного винтового вращения. Какие условия необходимо соблюсти что бы создать сложное вращение.

6. Статические и динамические упражнения. Понятие о режимах работы мышц. Приведите примеры упражнений, выполняемых в концентрическом, эксцентрическом и изометрическом режимах. Понятие об общем центре масс, его местоположении.

7. Понятие о равновесии. Устойчивое, неустойчивое, безразличное равновесие в спортивной гимнастике. Приведите примеры упражнений в разных видах равновесия. Дайте определение угла устойчивости, на что он влияет. Понятие о динамическом равновесии.

8. Особенности движений гимнаста в безопорной фазе (упражнения с фазой полета). Внешние силы, действующие на гимнаста в полете.

9. Понятие отталкивания и приземления. Биомеханические особенности отталкивания и приземления.

10. Понятие о маховых и силовых упражнениях. Биомеханические особенности маховых и силовых упражнений

11. Снаряды, предметы и оборудование для занятий спортивной гимнастикой. Технические требования к снарядам спортивной гимнастики.

12. Акробатическая подготовка в гимнастике. Значение, цель, задачи акробатической подготовки. Перечислите элементы акробатической подготовки, осваиваемые гимнастами/ками на этапе начальной подготовки. Содержание соревновательных программ 3-1 юношеских разрядов (девушки, юноши).

13. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания темпового переворота назад (фляк). Обоснуйте выбранные средства.

14. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания темпового переворота вперед с двух на две (фляк вперед). Обоснуйте выбранные средства.

15. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания темпового переворота вперед с поворотом (рондат). Обоснуйте выбранные средства.

16. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания сальто вперед. Обоснуйте выбранные средства.

17. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания сальто назад. Обоснуйте выбранные средства.

18. Курбетная подготовка, как составная часть акробатической подготовки в гимнастике. Понятия курбет назад и курбет вперед. Техника выполнения курбетов. Значение, цель, задачи курбетной подготовки. Перечислите средства курбетной подготовки.

19. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания курбета назад и курбета вперед. Обоснуйте выбранные средства.

20. Стоечная подготовка в спортивной гимнастике. Значение, цель и задачи стоечной подготовки. Перечислите средства стоечной подготовки. Подберите упражнения для обучения гимнастов/ок стойке на руках.

21. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания стойки на руках. Обоснуйте выбранные средства.

22. Батутная подготовка в спортивной гимнастике. Значение, цель и задачи батутной подготовки. Перечислите средства батутной подготовки.

23. Перечислите средства батутной подготовки, которые могут быть использованы как подводящие упражнения для разучивания элементов на разных снарядах. Обоснуйте выбор.

24. Техническая подготовка гимнасток на разновысоких брусьях. Цель, задачи, средства технической подготовки на этапе начальной подготовки и этапе начальной спортивной специализации. Содержание соревновательных программ 3-1

юношеских разрядов.

25. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания подъема разгибом. Обоснуйте выбранные средства.

26. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания большого маха вперед с поворотом на 180° (санжировка). Обоснуйте выбранные средства.

27. Техническая подготовка гимнастов на перекладине. Цель, задачи, средства технической подготовки на этапе начальной подготовки и этапе начальной спортивной специализации. Содержание соревновательных программ 3-1 юношеских разрядов.

28. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания большого маха назад с поворотом на 180° (обратная санжировка). Обоснуйте выбранные средства.

29. Подберите наиболее целесообразные подготовительные и подводящие упражнения для разучивания большого оборота назад. Обоснуйте выбранные средства.

30. История развития вольных упражнений (мужчины/женщины). Современное состояние упражнений на данном снаряде. Перечислите структурные группы элементов на вольных упражнениях. Тенденции развития вольных упражнений.

31. История развития упражнений на перекладине. Современное состояние упражнений на данном снаряде.

Перечислите структурные группы элементов на перекладине. Тенденции развития упражнений на перекладине.

32. История развития упражнений на разновысоких брусьях. Характер упражнений и тенденции развития упражнений на разновысоких брусьях. Перечислите структурные группы элементов на разновысоких брусьях. Тенденции развития упражнений на разновысоких брусьях.

33. Виды подготовки в спортивной гимнастике и их соотношение на этапе начальной подготовки и начальной спортивной специализации.

34. Общая физическая подготовка в спортивной гимнастике. Средства ОФП. Следствия неразвитых в должной мере физических качеств.

35. Специальная физическая подготовка в спортивной гимнастике. Средства СФП. СФП в недельном цикле занятий

36. Перечислите контрольные упражнения для определения физической подготовленности гимнастов/ок на этапе начальной подготовки и на этапе спортивной специализации.

37. Алгоритм проведения тестов по СФП и принцип определения последовательности прохождения тестов (общая схема тестирования). Требования к тестам, определяющим уровень физической подготовленности.

38. Гибкость в спортивной гимнастике: определение, разновидности, особенности проявления, способы оценки.

Подберите 2-3 упражнения для развития активной и пассивной гибкости в тазобедренных суставах.

39. Координационные способности в спортивной гимнастике: определение, разновидности, особенности проявления, способы оценки. Подберите упражнения для развития координационных способностей.

40. Силовые способности в спортивной гимнастике: определение, разновидности, особенности проявления, способы оценки. Подберите упражнения для развития силовых способностей передней и задней поверхности тела.

41. Скоростные способности в спортивной гимнастике: определение, особенности проявления, способы оценки.

Подберите упражнения для развития скоростных способностей.

42. Общая выносливость в спортивной гимнастике: определение, особенности проявления, способы оценки.

Подберите упражнения для развития общей выносливости.

43. Специальная выносливость в спортивной гимнастике: определение, особенности проявления, способы оценки.

Подберите упражнения для развития специальной выносливости.

44. Способы помощи, страховки и проводки в спортивной гимнастике. Опишите способы страховки темповых переворотов вперед и назад (фляка). Травматизм в спортивной гимнастике. Профилактика травматизма.

Акробатический рок-н-ролл

1. Акробатический рок-н-ролл. Возникновение, развитие и современное состояние вида спорта. Основные исторические этапы развития.

2. История возникновения WRRC. Европейская рок-н-рольная ассоциация (ЕРРА). Возникновение и развитие акробатического рок-н-ролла в России. Тенденции развития вида спорта.

3. Характеристика вида спорта акробатический рок-н-ролл, его особенности. Дисциплины акробатического рок-н-ролла.

4. Требования к местам проведения соревнований и тренировок по акробатическому рок-н-роллу. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки в акробатическом рок-н-ролле. Требования к спортивной экипировке.

5. Программа обучения упражнениям акробатического рок-н-ролла. Этапы обучения двигательному действию, цель и задачи каждого из этапов. Подготовительные и подводящие упражнения их цель и задачи. Методические приемы, их разновидности.

6. Общая и специальная физическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства, методы и оценка на разных этапах подготовки.

7. Координационные способности в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, разновидности координационных способностей, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

8. Техническая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы технической подготовки.

Многолетний характер технической подготовки в акробатическом рок-н-ролле.

9. Танцевальная подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы танцевальной подготовки. Танцевальный шаг рок-н-ролла (основной ход), танцевальные фигуры, танцевальные позиции, танцевальные движения из других направлений.

10. Танцевальная подготовка спортсменов на тренировочном этапе – вариации основного хода, разновидности работы рук.

11. Акробатическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле на этапе начальной подготовки: кувырки, статические

элементы, медленные перевороты. Цель, задачи, методика обучения, техника безопасности.

12. Хореографическая и музыкально-двигательная подготовка в акробатическом рок-н-роле. Цель, задачи, средства.

Особенности хореографической подготовки на разных этапах многолетней подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-роле.

13. Музыкальное сопровождение в акробатическом рок-н-ролле. Ритм и размер музыкального сопровождения. Темп и динамические оттенки музыки, понятие об ударности. Музыкальные стили. Использование музыки разных стилей в акробатическом рок-н-ролле. Современные средства записи и воспроизведения музыки. Требования к фонограмме для тренировок и соревнований.

14. Танцевальные позиции в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования.

15. Простые танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования.

Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.

16. Сложные танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования.

Последовательность изучения сложных танцевальных фигур. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.

17. Техника исполнения основного хода в акробатическом рок-н-ролле. Принципы и музыкальность исполнения основного хода.

18. Вращения в акробатическом рок-н-ролле и их разновидности. Техника выполнения.

19. Групповые спортивные дисциплины в акробатическом рок-н-ролле «формейшн». Разновидности, требования к составам команд. Алгоритм построения композиции.

20. Обеспечение безопасности на тренировочных занятиях акробатическим рок-н-роллом. Причины травматизма и способы его предупреждения. Техника безопасности. Профессиональные травмы и заболевания в акробатическом рок-н-ролле: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики.

21. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма в акробатическом рок-н-ролле.

Врачебный контроль и самоконтроль в акробатическом рок-н-ролле.

22. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле общие принципы и положения. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст мальчики и девочки, А-класс микст мальчики и девочки, критерии оценивания.

23. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст юноши и девушки, А-класс микст юноши и девушки, критерии оценивания.

24. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст юниоры и юниорки, А-класс микст юниоры и юниорки, критерии оценивания.

25. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст мужчины и женщины, А-класс микст мужчины и женщины, критерии оценивания.

26. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплине М-класс микст мужчины и женщины, критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

27. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн девочки, формейшн девушки, формейшн женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

28. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн-микст мужчины и женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

29. Опишите схему основного хода. Подберите подготовительные и подводящие упражнения для обучения спортсменов основному ходу.

30. Опишите технику исполнения, разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения спортсменов элементу «детское сальто» (Shalom). Обоснуйте целесообразность выбранных средств.

8 семестр

1. Дайте определение хореографической подготовки в художественной гимнастике. Каковы ее основные цели и задачи в системе многолетней подготовки спортсменки?

2. Раскройте роль и значение хореографической подготовки для формирования: технического мастерства, артистизма, индивидуального стиля гимнастики.

3. Опишите типичную структуру урока по хореографии для гимнасток этапа углубленной специализации. Каковы задачи и содержание каждой части?

4. Каковы методические приемы обучения хореографическим элементам. Приведите примеры подводящих упражнений для развития выворотности или навыка вращения (пируэта).

5. Дайте определение музыкально-двигательной подготовки. В чем ее отличие и взаимосвязь с хореографической подготовкой?

6. Раскройте значение музыки в художественной гимнастике как: основы композиции, эмоционального фона, метроритмического диктатора темпа и динамики.

7. Что понимается под «музыкальностью» гимнастики? Из каких компонентов она складывается?

8. Опишите основные направления работы в музыкально-двигательной подготовке.

9. Какие методы и упражнения используются для развития чувства ритма и метра у гимнасток? Приведите пример обучения юных гимнасток.

10. Дайте определение соревновательной деятельности в художественной гимнастике. Назовите ее основные цели и задачи.

11. Раскройте понятие «Олимпийский цикл» в художественной гимнастике и его влияние на эволюцию правил и содержание программ.

12. Опишите внешнюю структуру соревнований: виды соревнований и их иерархию.

13. Раскройте содержание понятий «предметная подготовленность» и «беспредметная подготовленность» как двух

равнозначных составляющих мастерства гимнастики. Приведите примеры их взаимосвязи в упражнении.

14. Дайте характеристику двигательного содержания упражнения: виды элементов тела и их связующая техника. Требования к разнообразию и сложности.

15. Опишите предметное содержание упражнения: основные группы технических элементов с каждым предметом. Принципы выбора элементов.

16. Назовите основные отличия групповых упражнений от личных в структуре и содержании.

17. Дайте определение многолетней подготовки в художественной гимнастике. Раскройте ее главную цель и основные задачи.

18. Назовите и охарактеризуйте основные принципы, лежащие в основе построения многолетней подготовки и ее компоненты.

19. Опишите современную периодизацию (этапность) многолетней подготовки в соответствии с федеральными стандартами (ФССП) и особенностями ХГ. Дайте характеристику этапу начальной подготовки.

20. Опишите современную периодизацию (этапность) многолетней подготовки в соответствии с федеральными стандартами (ФССП) и особенностями ХГ. Дайте характеристику этапу тренировочной (специализированной) подготовки.

21. Опишите современную периодизацию (этапность) многолетней подготовки в соответствии с федеральными стандартами (ФССП) и особенностями ХГ. Дайте характеристику этапу совершенствования спортивного мастерства.

22. Опишите современную периодизацию (этапность) многолетней подготовки в соответствии с федеральными стандартами (ФССП) и особенностями ХГ. Дайте характеристику этапу высшего спортивного мастерства.

23. Каковы основные критерии перевода гимнастки с одного этапа подготовки на другой?

24. Раскройте понятие «школа движений» в художественной гимнастике. На каком этапе многолетней подготовки она закладывается и почему это фундаментально важно?

25. Опишите особенности развития гибкости и подвижности суставов на каждом этапе многолетней подготовки. Какие методы являются приоритетными и какие существуют риски?

26. Стратегия развития силовых способностей у гимнасток на разных этапах подготовки. Почему на начальном этапе запрещены силовые нагрузки с отягощениями?

27. Раскройте последовательность и методику обучения предметной технике. Почему освоение предметов часто начинается с мяча и скакалки, а затем переходят к обручу, булавам и ленте?

28. Как меняется соотношение общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП) от этапа к этапу? Проиллюстрируйте графиком или схемой.

29. Опишите взаимосвязь и взаимовлияние основных сторон подготовленности гимнастки в процессе многолетнего совершенствования.

30. Опишите иерархическую систему планирования в спорте. Назовите виды планов и их взаимосвязь.

31. Раскройте структуру и содержание годовичного плана подготовки (макроцикла). Опишите периоды и их основные задачи в ХГ.

32. Что такое мезоцикл и микроцикл? Приведите примеры различных типов мезоциклов и их назначение в годовичном цикле.

33. Какова специфика планирования тренировочных нагрузок (объем, интенсивность, сложность) в ХГ? Опишите динамику нагрузок в течение микроцикла, мезоцикла и макроцикла.

34. Что такое «педагогическое тестирование» и «контрольно-переводные нормативы»? Приведите примеры тестов для оценки специальной физической и технической подготовленности на учебно-тренировочном этапе.

35. Опишите возрастные особенности девочек 5-7, 8-10, 11-13 лет (морфофункциональные, психологические, двигательные). Как эти особенности должны учитываться в построении тренировочного процесса?

36. Что такое «сенситивные (критические) периоды» развития физических качеств? Назовите возрастные интервалы наиболее благоприятные для развития гибкости, координации, быстроты, силовых способностей у девочек.

37. Каковы особенности и ограничения в развитии силовых способностей у детей 6-10 лет? Приведите примеры упражнений для формирования «мышечного корсета» без использования отягощений.

38. Опишите технологию развития координационных способностей и «чувства тела» (проприоцепции) через подвижные игры, полосы препятствий, упражнения на неустойчивых платформах.

39. Раскройте содержание понятия «школа движений» как базовой технологии начальной подготовки. Из каких обязательных базовых элементов она состоит?

40. Опишите поэтапную технологию обучения владению предметом (например, мячом или скакалкой) на начальном этапе.

41. Опишите систему первичного и текущего отбора в группах начальной подготовки. Какие критерии (антропометрические, функциональные, координационные, психологические) являются ключевыми?

42. Какие контрольно-педагогические испытания и тесты используются для объективной оценки развития физических качеств и освоения базовой техники на этапах НП и УТ?

43. Как могут использоваться современные информационные технологии (видеоанализ, интерактивные программы, приложения для хореографии) в работе с юными гимнастками?

44. Дайте определение понятиям «спортивный отбор» и «спортивная ориентация». В чем их принципиальное различие и взаимосвязь в системе многолетней подготовки?

45. Назовите основные принципы спортивного отбора в художественной гимнастике. Раскройте содержание одного из них.

46. Дайте характеристику первичного отбора (1-й этап). Каковы его главные цели, возрастной контингент, методы и критерии?

47. Раскройте содержание предварительного базового отбора (2-й этап, этап начальной подготовки). На что направлен отбор на этом этапе?

48. В чем заключается специфика углубленного (специального) отбора (3-й этап, этап начальной спортивной специализации)? Какие качества оцениваются особенно тщательно?

49. Что такое отбор в сборные команды (4-й этап, этап высшего мастерства)? Какие технологии используются для окончательного определения состава?
50. Морфологические критерии: Какие антропометрические показатели являются ключевыми для ХГ? Опишите технологию их измерения и оценки. Что такое «гимнастическое телосложение»?
51. Опишите типовую программу тестирования для этапа первичного или предварительного отбора. Какие станции (посты) она включает и в какой последовательности проводится?
52. Проанализируйте проблему «омоложения» высоких результатов в ХГ. Как это явление влияет на технологии и сроки отбора? Какие риски оно несет?
53. Каковы основные ошибки и субъективные факторы, искажающие объективность отбора (например, ориентация только на гибкость, давление родителей, предвзятость тренера)?
54. Обсудите этические аспекты спортивного отбора: как сообщать ребенку и родителям о негативном решении? Каковы пути спортивной реабилитации и переориентации отсеянных детей?
55. Дайте определение специализированной подготовки в художественной гимнастике. На каком этапе многолетней подготовки (согласно ФССП) она является ведущей и каковы ее ключевые задачи?
56. Назовите основные принципы построения специализированной подготовки в ХГ и дайте их характеристику.
57. Опишите технологию развития специальной гибкости и амплитуды, направленную на выполнение сложных элементов тела (например, заклонов в прыжках, вращений в шпагате). Методы: активные, пассивные, с партнером. Контроль за стабильностью суставов.
58. Каковы современные технологии развития специальной силовой выносливости для удержания статических равновесий и качества линий в течение всей комбинации? Приведите примеры изометрических и статодинамических упражнений.
59. Опишите технологию развития скоростно-силовых качеств, специфичных для сложных прыжков с ротацией (перекидной, кольцо, казак). Использование упражнений плиометрики, утяжеленных предметов, тренажеров.
60. В чем заключаются технологии развития специфической координации и вестибулярной устойчивости для выполнения серий поворотов, сложных элементов с предметом?
61. Опишите технологию тактической подготовки к конкретным соревнованиям: анализ протоколов соперниц, планирование стратегии выступления, распределение сил в многоборье.
62. Опишите технологию формирования соревновательной устойчивости и «помехоустойчивости» гимнасток.
63. Каковы современные технологии специализированного педагогического и функционального контроля в ХГ?
64. Дайте определение комплексного контроля в системе подготовки в художественной гимнастике. Назовите его основные цели и задачи.
65. Опишите структуру комплексного контроля по направленности: педагогический, медико-биологический, психологический. Какая информация получается в каждом из этих направлений?
66. Опишите структуру комплексного контроля по времени проведения: оперативный, текущий, этапный. Приведите примеры, что и когда контролируется на каждом из этих уровней.
67. Опишите технологию контроля за уровнем специальной физической подготовленности (СФП). Приведите конкретные тесты для оценки специальной гибкости, силовой выносливости, прыгучести, координации.
68. Опишите технологию контроля за технической подготовленностью. Как оценивается стабильность исполнения базовых и сложных элементов тела? Как фиксируются и анализируются ошибки в предметной технике?
69. Какие функциональные пробы и инструментальные методы используются для текущего контроля за состоянием гимнастки?
70. Опишите технологии контроля за психическим состоянием и психологической подготовленностью. Какие методы и тесты применяются для оценки уровня тревожности, мотивации, концентрации внимания, нервно-психического утомления?
71. Как данные медико-биологического и психологического контроля используются для индивидуализации тренировочных и восстановительных мероприятий?
72. Дайте определение восстановления в спортивной тренировке. Что такое срочное, отставленное и суперкомпенсаторное восстановление? Как понимание этих фаз влияет на планирование нагрузок?
73. Назовите и раскройте основные принципы организации восстановительных мероприятий: комплексность, индивидуализация, своевременность, профилактическая направленность.
74. Классифицируйте и дайте краткую характеристику физиотерапевтических средств восстановления, применяемых в ХГ.
75. Опишите психолого-педагогические средства восстановления: аутогенная тренировка, психомышечная тренировка, приемы мышечной релаксации, использование функциональной музыки.
76. В чем важность рациональной организации быта и досуга для психоэмоционального восстановления гимнастки?
77. Дайте определение понятию «педагогическое мастерство тренера». Чем оно отличается от простого владения знаниями и опытом?
78. Опишите основные компоненты (блоки) структуры педагогического мастерства тренера: личностные качества, профессиональные знания, педагогические умения и навыки, педагогическая техника. Раскройте содержание одного из них.
79. Каковы важнейшие личностные и нравственные качества тренера-педагога? Проиллюстрируйте их значение на примере работы с юными гимнастками.
80. Охарактеризуйте предметную область профессиональных знаний тренера по художественной гимнастике.
81. Опишите организаторские умения тренера: умение организовать тренировку, соревнования, работу в группе, взаимодействие с родителями и администрацией. Что включает в себя «организация тренировочного занятия»?
82. Что такое гностические (аналитические) умения тренера? Как проявляется умение анализировать свою работу, действия спортсменки, ход тренировочного процесса, результаты соревнований?
83. Как проявляется мастерство тренера в индивидуализации тренировочного процесса? Какие факторы необходимо

учитывать при построении индивидуальной траектории развития гимнастики?

84. Объясните роль тренера в воспитательной работе. Какие ценности и качества личности он должен воспитывать у спортсменов?

Спортивная гимнастика

1. Гимнастика в системе видов спорта и упражнений гимнастического типа. Неспортивные виды гимнастики. Характеристика спортивной гимнастики: виды гимнастического многоборья, разновидности и классификация упражнений.
2. Исторические истоки спортивной гимнастики. Европейское гимнастическое движение XIX-начале XX веков. Возникновение FIG.
3. Оригинальные системы гимнастики: немецкая, французская, шведская, сокольская.
4. Спортивная гимнастика в дореволюционной России, РСФСР и СССР.
5. Спортивная гимнастика в России (с 1991 г) и в мире. Современное состояние спортивной гимнастики. Тенденции ее развития.
6. Классификация и устройство спортивных снарядов и оборудования в спортивной гимнастике: технические характеристики, размеры, особенности конструкции и правила эксплуатации. Требования к зонам безопасности. Помост для соревнований по спортивной гимнастике.
7. Способы обозначения упражнений в спортивной гимнастике, правила записи упражнений, виды записей.
8. Классификация гимнастических упражнений. Структурные группы гимнастических элементов на видах гимнастического многоборья.
9. Понятие о базовых движениях и профилирующих элементах в спортивной гимнастике. Цель, задачи, примеры.
10. Многолетняя подготовка в спортивной гимнастике. Общая характеристика этапов подготовки.
11. Принципы многолетней подготовки в спортивной гимнастике. Принципы спортивной тренировки.
12. Опорно-двигательный аппарат гимнаста. Тело гимнаста как биокинематическая цепь, степени свободы открытой кинематической цепи. Рабочие положения тела спортсмена.
13. Техника гимнастических упражнений и закономерности, лежащие в ее основе. Понятия основы техники, ведущее звено, детали техники.
14. Программа обучения гимнастическим упражнениям. Этапы обучения двигательному действию, цель и задачи каждого из этапов. Подготовительные и подводящие упражнения их цель и задачи. Методические приемы, их разновидности, цель и задачи.
15. Биомеханические особенности статических упражнений. Виды равновесий (устойчивое, не устойчивое, динамическое, безразличное). Определение устойчивости равновесия.
16. Биомеханические особенности силовых перемещений и фиксаций.
17. Биомеханические особенности отталкивания и приземления.
18. Техника выполнения махово-бросковых движений и оборотов.
19. Движения гимнаста в безопорном положении. Динамика и кинематика безопорных перемещений и вращений. Способы создания сложного вращательного движения.
20. Общая и специальная физическая подготовка в спортивной гимнастике: цель, задачи, средства, методы и оценка на разных этапах подготовки.
21. Общая и специальная выносливость в спортивной гимнастике: физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.
22. Силовые способности в спортивной гимнастике: разновидности силовых способностей, режимы работы мышц, физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.
23. Скоростные способности в спортивной гимнастике физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.
24. Гибкость в спортивной гимнастике: физиологические основы, разновидности гибкости, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.
25. Координационные способности в спортивной гимнастике: физиологические основы, разновидности координационных способностей, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.
26. Общие методические основы диагностики и контроля физической подготовленности спортсменов в спортивной гимнастике.
27. Современные средства физической и технической подготовки гимнастов: тренажеры, устройства и специальные приспособления, эффективные методики и компьютерные технологии тренировки в спортивной гимнастике.
28. Техническая подготовка в спортивной гимнастике: цель, задачи, средства и методы технической подготовки. Многолетний характер технической подготовки в спортивной гимнастике и преемственность движений.
29. Характеристика упражнений на разновысоких брусьях. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на разновысоких брусьях.
30. Характеристика упражнений на перекладине. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на перекладине.
31. Характеристика упражнений на параллельных брусьях. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на параллельных брусьях.
32. Характеристика упражнений на кольцах. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на кольцах.
33. Характеристика упражнений на коне-махи. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на коне-махи.
34. Характеристика упражнений на бревне. Классификация и структурные типы упражнений. Базовые упражнения. Современное состояние и тенденции развития упражнений на бревне.
35. Характеристика и тенденции развития опорных прыжков (мужчины). Классификация опорных прыжков. Базовые

прыжки. Современное состояние и тенденции развития опорных прыжков.

36. Характеристика и тенденции развития опорных прыжков (женщины). Классификация опорных прыжков. Базовые прыжки. Современное состояние и тенденции развития опорных прыжков.

37. Характеристика вольных упражнений (мужчины). Классификация и структурные типы движений в вольных упражнениях. Элементарные навыки в составе вольных упражнений. Базовые акробатические прыжки. Современное состояние и тенденции развития вольных упражнений.

38. Характеристика вольных упражнений (женщины). Классификация и структурные типы движений в вольных упражнениях. Элементарные навыки в составе вольных упражнений. Базовые акробатические прыжки. Современное состояние и тенденции развития вольных упражнений.

39. Дополнительные виды подготовки в спортивной гимнастике. Акробатическая, вращательная, доскоковая подготовки в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства.

40. Батутная подготовка в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства. Развивающие, профилирующие, прикладные, контрольные прыжки.

41. Хореографическая подготовка в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства. Особенности хореографической подготовки на разных этапах многолетней подготовки гимнасток/ов.

42. Классический танец, как средство хореографической подготовки в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства и методы. Классификация упражнений классического танца. Содержание подготовительных и основных движений классического танца.

43. Средства специальной хореографической подготовки гимнасток: базовые, специализированные, соревновательные.

44. Стоечная подготовка в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства. Характеристика и примеры базовых упражнений.

45. Курбетная подготовка в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства. Характеристика базовых упражнений.

46. Воспитание моральных и волевых качеств спортсмена. Формирование навыков здорового образа жизни в спортивной гимнастике: значение, средства и методы формирования.

47. Причины травматизма и способы его предупреждения в спортивной гимнастике. Техника безопасности.

Профессиональные травмы и заболевания в спортивной гимнастике: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики.

48. Страхование, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма в спортивной гимнастике. Врачебный контроль и самоконтроль в спортивной гимнастике.

49. Характеристика средств и методов восстановления (повышения) работоспособности спортсменов в спортивной гимнастике: классификация, особенности применения на различных этапах тренировки.

50. Разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения гимнасток элементу подъем разгибом на разновысоких брусьях.

51. Разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения гимнасток/ок элементу большой оборот назад на перекладине/разновысоких брусьях.

52. Разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения гимнасток элементу темповой переворот вперед с поворотом на 180 градусов (рондат).

53. Разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения гимнасток элементу темповой переворот назад (фляк).

54. Разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения гимнасток опорному прыжку – переворот вперед.

55. Разработайте и обоснуйте комплекс упражнений партерной гимнастики на бревне для гимнасток на этапе начальной подготовки.

56. Обоснуйте последовательность изучения упражнений программы 3 юношеского разряда на коне-махи, подберите упражнения для изучения элементов программы.

57. Обоснуйте последовательность изучения упражнений программы 3 юношеского разряда на кольцах, подберите упражнения для изучения элементов программы.

58. Обоснуйте последовательность изучения упражнений программы 3 юношеского разряда на параллельных брусьях, подберите упражнения для изучения элементов программы.

59. Обоснуйте последовательность изучения упражнений программы 3 юношеского разряда на вольных упражнениях, подберите упражнения для изучения элементов программы.

60. Правила соревнований по спортивной гимнастике – общие принципы и положения

61. Организация и методика отбора детей для занятий спортивной гимнастикой: тесты и критерии отбора, основные требования.

62. Характеристика восстановления в спортивной гимнастике: закономерности, виды, фазы и признаки.

63. Понятие об адаптации в спортивной тренировке. Виды адаптации. Механизмы адаптации.

64. Характеристика средств и методов восстановления (повышения) работоспособности спортсменов в спортивной гимнастике

65. Современные средства развития физических качеств в спортивной гимнастике: тренажеры, устройства и специальные приспособления, эффективные методики и компьютерные технологии тренировки в ИВС.

66. Тактическая подготовка в спортивной гимнастике: задачи, содержание, методика совершенствования, оценки и контроля.

67. Психологическая подготовка в спортивной гимнастике: задачи, средства и методы совершенствования и оценки.

68. Воспитание моральных и волевых качеств гимнаста.

69. Формирование навыков здорового образа жизни в спортивной гимнастике: значение, средства и методы формирования.

70. Особенности популяризации и деятельности по продвижению физкультурно-спортивных услуг и товаров в

спортивной гимнастике.

71. Особенности тренировки детей и юношей в спортивной гимнастике. Возрастные особенности развития физических качеств, сенситивные периоды развития и их учет при планировании тренировки.

72. Формы, организация и содержание спортивно-массовой и оздоровительной работы по спортивной гимнастике с различными категориями населения.

73. Планирование, организация и методика проведения тренировочных сборов в спортивной гимнастике. Классификация и структура сборов, отчетная документация.

74. Этапы многолетнего процесса становления спортивного мастерства в спортивной гимнастике: основные цели и задачи. Возраст начала занятий и возраст высших достижений в спортивной гимнастике.

75. Профессиональные травмы и заболевания в спортивной гимнастике: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики.

76. Профессиональная деятельность специалиста-тренера в спортивной гимнастике: структура деятельности, содержание, важнейшие направления и их характеристика.

77. Профессионально значимые качества личности и важнейшие компоненты педагогического мастерства специалиста-тренера в спортивной гимнастике.

78. Составьте смету тренировочных сборов перед соревнованиями Всероссийского уровня в спортивной гимнастике для гимнастов, тренирующихся на учебно-тренировочном этапе подготовки.

79. Современные средства физической и технической подготовки гимнастов: тренажеры, устройства и специальные приспособления, эффективные методики и компьютерные технологии тренировки в спортивной гимнастике

80. Дополнительные виды подготовки в спортивной гимнастике. Акробатическая, вращательная, доскоковая подготовки в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства.

Акробатический рок-н-ролл

1. Акробатический рок-н-ролл. Возникновение, развитие и современное состояние вида спорта. Основные исторические этапы развития.

2. История возникновения WRRC. Европейская рок-н-рольная ассоциация (ЕРРА). Возникновение и развитие акробатического рок-н-ролла в России. Тенденции развития вида спорта.

3. Характеристика вида спорта акробатический рок-н-ролл, его особенности. Дисциплины акробатического рок-н-ролла.

4. Требования к местам проведения соревнований и тренировок по акробатическому рок-н-роллу. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки в акробатическом рок-н-ролле. Требования к спортивной экипировке.

5. Классификация упражнений в акробатическом рок-н-ролле. Понятие о базовых движениях и профилирующих элементах в акробатическом рок-н-ролле. Цель, задачи, примеры.

6. Многолетняя подготовка в акробатическом рок-н-ролле. Общая характеристика этапов подготовки (продолжительность, направленность, минимальный возраст спортсменов).

7. Программа обучения упражнениям акробатического рок-н-ролла. Этапы обучения двигательному действию, цель и задачи каждого из этапов. Подготовительные и подводящие упражнения их цель и задачи. Методические приемы, их разновидности.

8. Понятие «двигательная ошибка». Предупреждение и исправление ошибок. Характеристика факторов, способствующих возникновению ошибок. Методика исправления ошибок. Специальные упражнения для предупреждения двигательных ошибок и создания верного двигательного стереотипа (на примере базовых движений акробатического рок-н-ролла)

9. Общая и специальная физическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства, методы и оценка на разных этапах подготовки.

10. Общая и специальная выносливость в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

11. Силовые способности в акробатическом рок-н-ролле: разновидности силовых способностей, режимы работы мышц, физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

12. Скоростные способности в акробатическом рок-н-ролле физиологические основы, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

13. Гибкость в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, разновидности гибкости, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

14. Координационные способности в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, разновидности координационных способностей, особенности проявления, средства и методы воспитания и контроля.

15. Общие методические основы диагностики и контроля физической подготовленности спортсменов в акробатическом рок-н-ролле. Примеры тестовых заданий для определения физической подготовленности спортсменов.

16. Современные средства физической и технической подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-ролле: тренажеры, устройства и специальные приспособления, эффективные методики и компьютерные технологии тренировки в акробатическом рок-н-ролле.

17. Техническая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы технической подготовки. Многолетний характер технической подготовки в акробатическом рок-н-ролле.

18. Танцевальная подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы танцевальной подготовки. Танцевальный шаг рок-н-ролла (основной ход), танцевальные фигуры, танцевальные позиции, танцевальные движения из других направлений.

19. Танцевальная подготовка спортсменов на тренировочном этапе – вариации основного хода, разновидности работы рук.

20. Акробатическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле. Понятие об акробатических подержках, темповых

акробатических элементах, темпо-силовых элементах, полетных элементах.

21. Акробатическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле на этапе начальной подготовки: кувырки, статические элементы, медленные перевороты. Цель, задачи, методика обучения, техника безопасности.

22. Акробатическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле на тренировочном этапе. Акробатические поддержки. Сальтовые элементы. Цель, задачи, средства, техника безопасности

23. Батутная подготовка в акробатическом рок-н-роле. Цель, задачи, средства. Прикладные, базовые и профилирующие прыжки.

24. Хореографическая и музыкально-двигательная подготовка в акробатическом рок-н-роле. Цель, задачи, средства. Особенности хореографической подготовки на разных этапах многолетней подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-роле.

25. Хореографическая подготовка. Позиции рук, ног и движения классического танца. Цель, задачи, средства. Партерная хореография. Цель, задачи, средства.

26. Музыкальное сопровождение в акробатическом рок-н-ролле. Ритм и размер музыкального сопровождения. Темп и динамические оттенки музыки, понятие об ударности. Музыкальные стили. Использование музыки разных стилей в акробатическом рок-н-ролле. Современные средства записи и воспроизведения музыки. Требования к фонограмме для тренировок и соревнований.

27. Танцевальные позиции в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования.

28. Простые танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.

29. Сложные танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования.

Последовательность изучения сложных танцевальных фигур. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.

30. Техника исполнения основного хода в акробатическом рок-н-ролле. Принципы и музыкальность исполнения основного хода.

31. Вращения в акробатическом рок-н-ролле и их разновидности. Техника выполнения.

32. Групповые спортивные дисциплины в акробатическом рок-н-ролле «формейшн». Разновидности, требования к составам команд. Алгоритм построения композиции.

33. Обеспечение безопасности на тренировочных занятиях акробатическим рок-н-роллом. Причины травматизма и способы его предупреждения. Техника безопасности. Профессиональные травмы и заболевания в акробатическом рок-н-ролле: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики.

34. Страховка, помощь и самостраховка, как меры предупреждения травматизма в акробатическом рок-н-ролле. Врачебный контроль и самоконтроль в акробатическом рок-н-ролле.

35. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле общие принципы и положения. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст мальчики и девочки, А-класс микст мальчики и девочки, критерии оценивания.

36. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст юноши и девушки, А-класс микст юноши и девушки, критерии оценивания.

37. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст юниоры и юниорки, А-класс микст юниоры и юниорки, критерии оценивания.

38. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах В-класс микст мужчины и женщины, А-класс микст мужчины и женщины, критерии оценивания.

39. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплине М-класс микст мужчины и женщины, критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

40. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн девочки, формейшн девушки, формейшн женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

41. Правила соревнований в акробатическом рок-н-ролле. Требования к возрасту и программам спортсменов в дисциплинах формейшн-микст мужчины и женщины. Критерии оценивания. Требования к соревновательным костюмам.

42. Опишите схему основного хода. Подберите подготовительные и подводящие упражнения для обучения спортсменов основному ходу.

43. Подберите и обоснуйте подготовительные и подводящие упражнения для обучения спортсменов вариациям основного хода.

44. Разработайте и обоснуйте простые танцевальные комбинации на хобби-ходу. Опишите последовательность изучения комбинации.

45. Разработайте и обоснуйте сложную танцевальную комбинацию на хобби-ходу. Опишите последовательность изучения комбинации.

46. Опишите технику исполнения, разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения спортсменов элементу «кувырок вперед прыжком». Обоснуйте целесообразность выбранных средств

47. Опишите технику исполнения, разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения спортсменов элементу «рыбка» (Flash). Обоснуйте целесообразность выбранных средств.

48. Опишите технику исполнения, разработайте комплекс подготовительных и подводящих упражнений для обучения спортсменов элементу «детское сальто» (Shalom). Обоснуйте целесообразность выбранных средств.

49. Разработайте программу на хобби-ходу для участия в спортивных соревнованиях.

50. Разработайте программу на основном ходу (без акробатических элементов) с использованием танцевальных фигур и позиций для участия в спортивных соревнованиях.

Тестовые вопросы для зачета

4 семестр

Художественная гимнастика

1. Напишите разделом какого вида подготовки является хореографическая подготовка.

техническая

2. Укажите задачи, каких видов и разделов подготовки решают с использованием средств хореографии в художественной гимнастике

беспредметной

специальной физической

музыкально-двигательной

тактической

3. Цель хореографической подготовки в художественной гимнастике

формировать культуру движений гимнастки и двигательную выразительность

воспитывать музыкальность

обучить основам техники классического танца

развивать физические качества гимнасток

4. Какие средства в хореографической подготовке являются основными?

упражнения на расслабление

упражнения классического танца

упражнения бального танца

упражнения пантомимы

упражнения общеразвивающей гимнастики

5. Напишите цифрой количество позиций ног в хореографии

5

6. Напишите цифрой количество позиций рук в хореографии

4

7. Какие упражнения в хореографии относятся к подготовительным?

деми плие

батман жэте

девелопе

прыжок жетэ

арабеск

фуэте

8. Какие упражнения в хореографии относятся к основным?

деми плие

батман жэте

девелопе

прыжок жетэ

арабеск

фуэте

9. Найдите соответствие между типом урока хореографии и основной задачей, которую он решает.

обучающий освоение отдельных элементов и соединений

тренировочный совершенствование уже освоенных элементов, соединений и комбинаций

контрольный подведение итогов освоения раздела хореографической подготовки

разминочный подготовка к опорно-мышечного аппарата к высокоинтенсивной нагрузке

развивающий повышение мышечной силы, подвижности в суставах, координации

смешанный комплексное решение задач обучения, воспитания и развития

10. Укажите последовательность упражнений в классическом экзерсисе у опоры

1 demi-plié, grand plié

2 battement tendu

3 battement tendu jeté

4 rond de jambe par terre

5 battement fondu

6 battement frappe

7 rond de jambe en l'air

8 battement develop

9 grand battement

11. Укажите, на каком этапе хореографической подготовки решают задачу освоение школы хореографических движений в упрощенной форме?

этап «хореографической азбуки»

этап базовой хореографической

этап профилирующей хореографической

этап этюдной подготовки

12. Укажите, на каком этапе хореографической подготовки решают задачу освоения подготовительных упражнений классического танца?

этап «хореографической азбуки»

этап базовой хореографической

этап профилирующей хореографической

этап этюдной подготовки

13. Укажите, на каком этапе хореографической подготовки решают задачу освоения подготовительных упражнений

классического танца и элементов других танцевальных стилей?

этап «хореографической азбуки»

этап базовой хореографической

этап профилирующей хореографической

этап этюдной подготовки

14. Укажите, на каком этапе хореографической подготовки решают задачу совершенствования хореографической подготовленности гимнасток?

этап «хореографической азбуки»

этап базовой хореографической

этап профилирующей хореографической

этап этюдной подготовки

15. С помощью чего можно выразить двигательную выразительность отдельного движения

поза гимнастки

темп выполнения

динамика перемещения

16. С помощью чего можно выразить двигательную выразительность в соединении элементов?

ритм выполнения

поза гимнастки

способ перемещения

17. Что такое музыкально-ритмическое чувство?

способность гимнастки слышать музыку

способность гимнастки воспроизводить мелодию

способность гимнастки передавать временные параметры музыки в движении +

18. Какие задачи музыкально-двигательной подготовки относят к специфическим?

обучить основам музыкальной грамоты

формировать интерес гимнасток к занятиям

обучить согласованию движений с музыкой

развивать специфические для художественной гимнастики физические качества

19. Музыкальный размер, темп, динамические оттенки – являются средствами музыкальной выразительности. Укажите недостающие средства (через запятую)

ритм, мелодия

20. Напишите, что является основой музыки

мелодия

21. Как называется последовательное сочетание звуков различных длительностей

Ритм

22. Как называется нота, длительность которой характеризует следующий счет 1и2и

Четвертная

Восьмая

Половинная

Целая

23. Сколько счетов содержит один музыкальный такт (цифра)?

4

24. Расположите в последовательности от наименьшей к большей структурные элементы простой музыкальной формы

Такт фраза предложение период

25. Укажите какие средства используют в подготовке гимнасток для развития двигательной выразительности

Сюжетные музыкальные задания

Комплексы ОФП под музыку

Комплексы предметной подготовки под музыку

Ходьба и бег под музыку

Танцевальные композиции

Ритмопластические этюды

26. Чем характеризуется целостность композиции в художественной гимнастике?

Наличие экспрессии и выразительности исполнения

Разнообразие направлений перемещений гимнастки

Наличие плавных переходов между частями упражнения

Отсутствие длительной подготовки к элементу

Соответствие движений характеру музыки

27. Какой элемент композиции отражает стиль и характер музыки?

Технический

Связующий

Танцевальный

Пантомима

28. Как называется схема перемещения гимнастки/ок и распределения элементов композиции на площадке?

Рисунок

29. Как подчеркнуть строгость композиции

Использовать ломанные линии передвижения гимнастки по площадке

Использовать прямые линии передвижения гимнастки по площадке

Использовать движения гимнастки по дуге/ кругу

30. Сколько периодов включает композиционная подготовка (цифра)?

2

Спортивная гимнастика

1. Хореографическая подготовка гимнастов на этапе начальной подготовки. Ритмика
2. Хореографическая подготовка в гимнастике на этапе начальной спортивной специализации
3. Хореографическая подготовка в гимнастике на этапе углубленной спортивной специализации.
4. Классический танец, как средство хореографической подготовки в спортивной гимнастике. Цель, задачи, средства и методы.
5. Классификация упражнений классического танца. Содержание подготовительных и основных движений классического танца.
6. Средства специальной хореографической подготовки гимнастов: базовые, специализированные, соревновательные.
7. Элементы народно-характерного танца, стилизованный экзерсис у станка. Цель, задачи.
8. Хореографическая подготовка гимнасток на бревне. Цель, задачи, средства на этапе начальной подготовки
9. Хореографическая подготовка гимнасток на бревне. Цель, задачи, средства на учебно-тренировочном этапе подготовки
10. Специализированные упражнения партерной хореографии для гимнастов-юношей.

Акробатический рок-н-ролл

1. Выносливость, ее разновидности и значение в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, особенности проявления, средства контроля. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание специальной выносливости в АРР
2. Гибкость и ее разновидности в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, особенности проявления, средства контроля. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание гибкости в АРР
3. Общая и специальная физическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства, методы и оценка на разных этапах подготовки. Перечислите средства общей физической подготовки и специальной физической подготовки в АРР.
4. Скоростно-силовые способности и их значение в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, особенности проявления, средства контроля. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание скоростно-силовых способностей в АРР.
5. Координационные способности и их значение в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, разновидности координационных способностей, особенности проявления, средства контроля. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание координационных способностей в АРР.
6. Силовые способности, их разновидности и их значение в акробатическом рок-н-ролле: физиологические основы, особенности проявления, средства контроля. Составьте комплекс упражнений, направленный на воспитание силовых способностей в АРР.
7. Хореографическая и музыкально-двигательная подготовка в акробатическом рок-н-ролле. Цель, задачи, средства. Особенности хореографической подготовки на разных этапах многолетней подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-ролле.
8. Техническая подготовка в акробатическом рок-н-ролле: цель, задачи, средства и методы технической подготовки. Многолетний характер технической подготовки в акробатическом рок-н-ролле. Средства технической подготовки на этапе начальной подготовки.
9. Акробатическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле на этапе начальной подготовки: кувырки, статические элементы, медленные перевороты. Цель, задачи, методика обучения, техника безопасности.
10. Простые танцевальные фигуры в акробатическом рок-н-ролле. Примеры, описание, варианты использования. Методические приемы при изучении комбинаций для тренировки отдельных фигур.
11. Обеспечение безопасности на тренировочных занятиях акробатическим рок-н-роллом. Причины травматизма и способы его предупреждения. Техника безопасности. Профессиональные травмы и заболевания в акробатическом рок-н-ролле: краткая характеристика, способы и приемы предотвращения, методы профилактики.
12. Составьте комплекс упражнений, включающий подготовительные и подводящие упражнения, направленный на обучение акробатическому элементу кувырок вперед

6 семестр

Художественная гимнастика

1. Укажите только те направления развития современной художественной гимнастики, которые определяют совершенствование технологий подготовки спортсменок.
Модернизация спортивной подготовки
Увеличение количества стран в борьбе за медали
Научно обоснованное планирование и программирование спортивной подготовки - Объективизация судейской оценки
 2. Напишите цифрой минимальный возраст зачисления девочек в группы спортивной подготовки
- 6
3. Укажите допустимый возраст для присвоения спортивных званий и разрядов, в соответствии с действующей ЕВСК
III юн. разряд - с 6 лет
I спортивный разряд - с 11 лет
КМС - с 13 лет
МС - с 15 лет
МСМК - с 13 лет
 4. Найдите соответствие между минимальным возрастом гимнастки и этапом подготовки
Начальной подготовки

Тренировочный этап

Этап совершенствования спортивного мастерства

Этап высшего спортивного мастерства

5. Укажите длительность этапа совершенствования спортивного мастерства в соответствии с действующим Федеральным стандартом

2 3 5 не ограничивается

6. Какое еще название носит тренировочный этап

Этап _____ спортивной специализации

7. Напишите цифрой общее количество соревнований в год, регламентируемых Федеральным стандартом спортивной подготовки 2019 г. для гимнасток на тренировочном этапе 1-го года обучения

4

8. Напишите цифрой количество отборочных соревнований в год, регламентируемых Федеральным стандартом спортивной подготовки 2019 г. для гимнасток на этапе начальной подготовки 2-го года обучения

2

9. Найдите соответствие между категорией соревнований и минимальным уровнем спортивной квалификации гимнастки, являющихся допуском к участию:

Внутреннее первенство СШ, СШОР Без разряда

Первенство СШ, СШОР, района, города III юн.раз.

Первенство России I разряд

Чемпионаты субъектов РФ КМС

10. Напишите цифрой максимальную продолжительность тренировочного занятия на этапе начальной подготовки, в соответствии с приказом Минспорта №1125

2

11. Напишите цифрой максимальную продолжительность тренировочного занятия на тренировочном этапе, в соответствии с приказом Минспорта №1125

3

12. Укажите, каким документом определяется содержание спортивно-оздоровительного этапа

Федеральным стандартом спортивной подготовки

Дополнительными общеразвивающими программами в области ФКиС

Федеральным законом «О физической культуре и спорте в РФ»

13. Укажите, с какого возраста ребенок способен осуществлять движение, задаваемое четкой, доступной, поэлементной словесной инструкцией

4

3

5

14. Укажите, в каком возрасте повышается точность управления симметричными прыжковыми упражнениями

3

4

5

6

7

15. Укажите, какой продолжительности физическая нагрузка рекомендована для детей 5-6 лет, с учетом физиологических требований

120 сек

100 сек

150 сек

80 сек

16. Найдите соответствие между видами подготовки и специфическими задачам, которые они решают на этапе начальной подготовки

Общая и специальная физическая подготовка - Разностороннее развитие физических качеств и специальных физических способностей

Начальная техническая подготовка - Освоение подготовительных, подводящих и простейших базовых и профилирующих элементов по видам многоборья

Специально двигательная подготовка - Развитие умений ощущать и дифференцировать разные параметры движений, реакций на движущийся предмет и антиципации

Базовая хореографическая подготовка - Освоение элементов всех танцевальных форм в простейших соединениях

Музыкально-двигательная подготовка

17. Напишите цифрой максимально допустимое по действующему Федеральному стандарту количество тренировок в недельном микроцикле в группах НП-1

3

18. Напишите цифрой максимально допустимое по действующему Федеральному стандарту количество часов тренировочных занятий в недельном микроцикле в группах НП-2

8

19. Выберите из предложенных вариантов, концепцию начальной подготовки в художественной гимнастике

узкоспециализированная подготовка

разносторонняя подготовка

20. Укажите соответствие между периодами спортивной подготовки и соотношением средств технической и физической подготовок у групп НП

подготовительный период (ТП/ФП) - 10/90

соревновательный период (ТП/ФП) - 20/80

переходный период (ТП/ФП) - 0/100

21. Как называется центральное упражнение в подгруппе вида основных движений, содержащее в себе основные особенности техники упражнений подгруппы базовое упражнение

профилирующее упражнение

22. Укажите сколько минут дети 6 лет, с учетом возрастных особенностей развития психики, могут сохранять внимание (устойчивость внимания)

от 5 до 10 минут

от 15 до 20 минут

от 20 до 25 минут

от 25 до 35 минут

23. Найдите соответствие между этапом подготовки и задачами, которые он решает

Этап высшего спортивного мастерства - Повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях

Этап спортивного совершенствования - Периодическое достижение высочайшего уровня тренированности, освоение максимальных тренировочных нагрузок

Этап высшего спортивного мастерства - Достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации

Этап спортивного совершенствования - Совершенствование базовой и фундаментальной технической подготовленности, достижение высокого уровня надежности выступлений

24. Укажите максимально допустимое по действующему Федеральному стандарту количество тренировок в недельном микроцикле в группах ССМ-3 5 6 7 9

25. Укажите максимально допустимое по действующему Федеральному стандарту количество часов тренировочных занятий в недельном микроцикле в группах ВСМ 16 20 24 28 32

26. Как называется система планомерно организованных занятий в специально созданных для этого учебных группах (командах) под руководством тренера

спортивная подготовка

учебно-тренировочный процесс

планирование подготовки спортсмена

27. Обоснованное распределение на определенный отрезок времени задач, средств, методов, величины тренировочных нагрузок и форм организации занятий - это...

планирование тренировки

реализация плана тренировки

контроль тренировочного процесса

29. Найдите соответствие между видом планирования и его содержанием

Перспективное - Многолетний, 4-, 2-летний план

Текущее - Планы на год, цикл, этап, мезоцикл

Оперативное - Планы на микроцикл, день, занятие

Спортивная гимнастика

1. Современное состояние спортивной гимнастики, тенденции развития

2. Компоненты, определяющие соотношение сил в спортивной гимнастике на мировой арене

3. Содержание спортивной тренировки в спортивной гимнастике, виды подготовки (физическая, техническая, тактическая и т.д.) и их характеристика. Взаимосвязь различных сторон подготовленности спортсмена

4. Специальная психологическая и теоретическая подготовка в спортивной гимнастике

5. Принципы и периодизация тренировки в спортивной гимнастике

6. Особенности тренировки детей и юношей в спортивной гимнастике. Возрастные особенности развития физических качеств, сенситивные периоды развития и их учет при планировании тренировки

7. Особенности методики спортивной тренировки в группах массовых спортивных разрядов

8. Методика проведения тренировочных занятий в группе спортсменов высших спортивных разрядов

9. Построение многолетнего учебно-тренировочного процесса в спортивной гимнастике

10. Этапы многолетнего процесса становления спортивного мастерства в ИВС: основные цели и задачи. Возраст начала занятий и возраст высших достижений в спортивной гимнастике

11. Понятие «тренировочная нагрузка». Тренировочные нагрузки в спортивной гимнастике и управление ими

12. Понятие педагогического контроля, средства, методы, решаемые задачи

13. Текущий педагогический контроль в спортивной гимнастике: характеристика, тесты, особенности применения, анализ и коррекция тренировочной нагрузки

14. Этапный педагогический контроль в спортивной гимнастике: цель и задачи, характеристика, тесты, анализ и коррекция тренировочного процесса

15. Теория и система отбора, определение спортивной пригодности. Средства и методы отбора

16. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера

17. Функции тренера. Педагогические особенности деятельности тренера. Стили деятельности тренера .

18. Документы учета и контроля в деятельности тренера и спортсмена в спортивной гимнастике

19. Регламентирующие и управляющие документы в системе подготовки спортсмена в спортивной гимнастике

20. Система соревнований в годичном цикле подготовки спортсменов в спортивной гимнастике

21. Спортивные соревнования и их классификация

22. Подготовка места проведения соревнований в ИВС: общие требования, необходимое оборудование и инвентарь. Обеспечение безопасности участников
23. Этапы организации и проведения детских (или массовых) соревнований в спортивной гимнастике

Акробатический рок-н-ролл

1. Современное состояние спортивной акробатического рок-н-ролла, тенденции развития
2. Компоненты, определяющие соотношение сил в акробатическом рок-н-ролле на мировой арене
3. Содержание спортивной тренировки в акробатическом рок-н-ролле, виды подготовки (физическая, техническая, тактическая и т.д.) и их характеристика. Взаимосвязь различных сторон подготовленности спортсмена
4. Специальная психологическая и теоретическая подготовка в акробатическом рок-н-ролле
5. Принципы и периодизация тренировки в акробатическом рок-н-ролле
6. Особенности тренировки детей и юношей в акробатическом рок-н-ролле. Возрастные особенности развития физических качеств, сенситивные периоды развития и их учет при планировании тренировки
7. Особенности методики спортивной тренировки в группах массовых спортивных разрядов
8. Методика проведения тренировочных занятий в группе спортсменов высших спортивных разрядов
9. Построение многолетнего учебно-тренировочного процесса в акробатическом рок-н-ролле
10. Этапы многолетнего процесса становления спортивного мастерства в ИВС: основные цели и задачи. Возраст начала занятий и возраст высших достижений в спортивной гимнастике
11. Понятие «тренировочная нагрузка». Тренировочные нагрузки в акробатическом рок-н-ролле и управление ими
12. Понятие педагогического контроля, средства, методы, решаемые задачи
13. Текущий педагогический контроль в акробатическом рок-н-ролле: характеристика, тесты, особенности применения, анализ и коррекция тренировочной нагрузки
14. Этапный педагогический контроль в акробатическом рок-н-ролле: цель и задачи, характеристика, тесты, анализ и коррекция тренировочного процесса
15. Теория и система отбора, определение спортивной пригодности. Средства и методы отбора
16. Психолого-педагогическая характеристика деятельности тренера
17. Функции тренера. Педагогические особенности деятельности тренера. Стили деятельности тренера .
18. Документы учета и контроля в деятельности тренера и спортсмена в акробатическом рок-н-ролле
19. Регламентирующие и управляющие документы в системе подготовки спортсмена в акробатическом рок-н-ролле
20. Система соревнований в годичном цикле подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-ролле
21. Спортивные соревнования в акробатическом рок-н-ролле и их классификация
22. Подготовка места проведения соревнований в акробатическом рок-н-ролле: общие требования, необходимое оборудование и инвентарь. Обеспечение безопасности участников
23. Этапы организации и проведения детских (или массовых) соревнований в акробатическом рок-н-ролле

5.2. Темы письменных работ

Все курсовые работы должны иметь экспериментальную часть

Направления курсовых работ по дисциплине:

1 направление – развитие способностей спортсменов (в общем, и возрастном аспекте):

- 1.1 Физических: ловкости, гибкости, силы, быстроты, прыгучести, выносливости, координации (равновесия, ориентации в пространстве, чувства ритма, способности дифференцировать пространственные, временные и силовые параметры движений и др.).
- 1.2 Психологических: внимания, представления, мышления, памяти и др.
- 1.3 Хореографических: танцевальности, хореографичности, выворотности, пластичности и др.
- 1.4 Музыкальных: музыкальности, ритмичности и др.
- 1.5 Выразительных: эмоциональности, выразительности, артистизма.

2 направление – совершенствование различных видов подготовки (в содержательном, методическом, возрастном и организационном аспекте):

2.1 Физической подготовки:

- общефизической;
- специальной физической;
- специально-двигательной;
- функциональной;
- реабилитационно-восстановительной.

2.2. Технической подготовки:

- технической на снаряде;
- хореографической;
- музыкально-двигательной;
- композиционно-исполнительской.

2.3. Психологической (общей, по отдельным видам многоборья):

- базовой;
- тренировочной;
- соревновательной

2.4. Тактической подготовки: индивидуальной; командной; групповой

2.5. Соревновательной подготовки:

- предсоревновательной;
- контрольных тренировок;
- модельных тренировок.

3 направление – совершенствование процесса обучения спортсменов:

- 3.1. Технологии обучения;
- 3.2. Методов и методических приемов;
- 3.3. Организации обучения;
- 3.4. Предупреждение и исправление ошибок.

4 направление – совершенствование системы тренировки спортсменов:

- 4.1. На определенном этапе: начальном, специализированном, углубленном, совершенствования;
- 4.2. В определенном периоде: обще-подготовительном, специально-подготовительном; соревновательном и переходном.
- 4.3. В определенном мезоцикле: втягивающем, базовом, контрольном, шлифовочном, соревновательном и др.
- 4.4. В микроцикле;
- 4.5. В тренировочном занятии.

5 направление – совершенствование планирования и учета тренировочной работы – по этапам, периодам, мезо- и микроциклам.

6 направление – совершенствование педагогического контроля – в целом и по видам подготовки: физической, технической, тактической, психологической и др.).

7 направление – совершенствование методики отбора:

- 7.1. Начального отбора и ориентации,
- 7.2. Отбора в СДЮШОР и ШВСМ,
- 7.3. Отбора и комплектования сборных команд для участия в соревнованиях различного ранга.

8-е направление – совершенствование системы судейства (в общем, и по видам многоборья):

- 8.1. Объективизация методов судейства,
- 8.2. Критерии оценки;
- 8.3. Особенности компонентов исполнительского мастерства спортсменов.

Примерные темы курсовых работ

1. Анализ динамики сложности соревновательных композиций в индивидуальных упражнениях по художественной гимнастике (на примере конкретных олимпийских циклов).
2. Сравнительный анализ систем судейства в художественной гимнастике. Структура и содержание соревновательной деятельности в групповых упражнениях: особенности взаимодействия гимнасток и работа с разнородными предметами.
3. Моделирование соревновательной деятельности гимнастки высокой квалификации на этапе непосредственной подготовки к чемпионату мира.
4. Влияние музыкального сопровождения на сложность восприятия и оценку художественного образа в упражнениях (на выбор).
5. Особенности поэтапного обучения базовым элементам «школы движений» на этапе начальной подготовки.
6. Критерии и методы отбора девочек 5-7 лет для занятий художественной гимнастикой в системе СШ.
7. Планирование тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки гимнасток 12-14 лет с учетом сенситивных периодов.
8. Особенности планирования карьеры в художественной гимнастике в условиях тенденции «омоложения» высоких результатов.
9. Особенности развития специальной гибкости у гимнасток 10-12 лет с учетом профилактики травм опорно-двигательного аппарата.
10. Использование средств хореографии для повышения стабильности выполнения сложно-координационных поворотов у гимнасток 13-15 лет.
11. Методические аспекты интегральной подготовки в групповых упражнениях для формирования синхронности и сложных взаимодействий.
12. Анализ опыта применения психорегулирующей тренировки для формирования соревновательной устойчивости у юных гимнасток.
13. Методика развития выразительности движений (артистизма) у гимнасток 10-13 лет средствами народно-характерного танца.
14. Формирование музыкальности у гимнасток на этапе начальной подготовки через ритмические и двигательные игры.
15. Анализ принципов взаимодействия музыки и хореографии в соревновательных композициях чемпионки мира.
16. Анализ методов подбора и обработки музыкального произведения для создания индивидуального художественного образа в упражнении гимнастики.
18. Анализ разных сторон подготовки спортсменов в спортивной гимнастике (физическая подготовка, техническая подготовка, и тд)
19. Средства психологической подготовки в спортивной гимнастике
20. Анализ соревновательной результативности в спортивной гимнастике

21. Сравнительный анализ разных форматов проведения соревнований по спортивной гимнастике
22. Стратегия подбора спортсменов в команду для участия в микст-турнирах в спортивной гимнастике
23. Анализ техники выполнения элемента в спортивной гимнастике
24. Состояние базовой технической подготовленности гимнастов
25. Координационная подготовка в спортивной гимнастике
26. Средства восстановления и повышения физической работоспособности в спортивной гимнастике
27. Анализ разных сторон подготовки спортсменов в акробатическом рок-н-ролле (физическая подготовка, техническая подготовка, и тд)
28. Средства психологической подготовки в акробатическом рок-н-ролле
29. Анализ соревновательной результативности в акробатическом рок-н-ролле
30. Сравнительный анализ разных форматов проведения соревнований в акробатическом рок-н-ролле
31. Анализ техники выполнения элемента в акробатическом рок-н-ролле
32. Средства восстановления и повышения физической работоспособности в акробатическом рок-н-ролле

Темы докладов:

1. Комплексный контроль в избранном виде спорта: что должен отслеживать тренер помимо спортивного результата?
2. Современные средства восстановления в условиях ежедневных многочасовых тренировок.
3. Видеоанализ как основной инструмент технической коррекции ошибок.
4. Использование фитнес-технологий (сенсорные платформы, фоам-роллеры и т.п.) в тренировочном процессе спортсменов.
5. Питание гимнастки: мифы, реальность и практические рекомендации для разных этапов подготовки.
6. Психологический портрет успешной гимнастки: ключевые качества и методы их развития.
7. Тренерские стили общения и их влияние на результативность и психологический климат в группе.
8. Техники регуляции предстартовых состояний у спортсменов в избранном виде спорта: от волнения к мобилизации.
9. Профилактика эмоционального выгорания у спортсменов в условиях монотонных нагрузок.
10. Принятие решений тренером в стрессовых ситуациях соревнований.
11. Здоровьесберегающие технологии на этапе начальной подготовки: профилактика раннего травматизма и деформаций.
12. Игровой метод в тренировке юных гимнасток: развитие координации и мотивации.
13. Кризис переходного возраста у гимнасток 12-14 лет: психологические и физиологические стратегии преодоления.
14. Как вовлечь и удержать: современные подходы к мотивации детей 6-9 лет в художественной гимнастике.
15. Родитель в спортивном зале: стратегии конструктивного взаимодействия тренера и семьи.

Темы эссе

1. «Мой самый неудачный элемент»: эссе о ценности ошибки в процессе становления спортсмена.
2. Тренер, который изменил всё: портрет личности, оказавшей ключевое влияние на спортивный путь.
3. Что мне дала художественная гимнастика, кроме медалей?
4. Если бы я мог(ла) изменить одно правило в художественной гимнастике...
5. Спортивное долголетие в художественной гимнастике: признак выдающегося таланта или следствие грамотного планирования?
6. «Выгорание» в 16 лет: почему детский спорт часто приводит к потере мотивации и как это предотвратить?
7. Авторитарный или демократический стиль тренера: какой больше подходит для воспитания чемпионки в современных реалиях?
8. Можно ли подготовить чемпионку, не ломая её психику? О поиске баланса между требовательностью и поддержкой.

5.3. Фонд оценочных средств

1 семестр

Художественная гимнастика

Практические задания:

- 1) Подготовить конспект фрагмента подготовительной части тренировочного занятия по художественной гимнастике (10 упражнений разминки) и провести на группе с использованием следующих способов (раздельный, поточный, проходной), методами показа и рассказа.
- 2) Разучить сложнокоординационное упражнение по разделениям на 16-32 счета.
- 3) Сдать на оценку технику танцевальных шагов в условиях комбинации.

Спортивная гимнастика

Практические задания:

- 1) Подготовить конспект фрагмента подготовительной части тренировочного занятия по спортивной гимнастике для групп начальной подготовки
- 2) Подготовить конспект и провести комплекс общеразвивающих упражнений координационной направленности, включающий в себя упражнения в положении стоя, в упорах, сидя, лежа.
- 3) Составить терминологический словарь элементов спортивной гимнастики (п 4 термина на каждом снаряде)
- 4) Составить конспект и провести фрагмент занятия, посвященного стоечной подготовке (стойка на руках и методика обучения, кувырки в стойку и их разновидности, повороты в стойке на руках, упражнения на напольной стоялке, упражнения на напольных стоялках)

2 семестр

Художественная гимнастика

Практические задания:

- 1) Подготовить конспект фрагмента подготовительной части тренировочного занятия по ХГ в соответствии с заданием (ходьба и ее разновидности, бег и прыжки, обучение танцевальному шагу, комплекс упражнений разминки) и провести на группе.
- 2) Разработать комплекс упражнений для развития подвижности в конкретном суставе (по заданию) и провести на группе.
- 3) Разработать комплекс упражнений для развития силы конкретных мышечных групп (по заданию) и провести на группе.

Спортивная гимнастика

- 1) Разработать комплекс упражнений для развития прыгучести и провести на группе в форме круговой тренировки
- 2) Разработать комплекс упражнений для развития подвижности в конкретном суставе (по заданию) и провести на группе.
- 3) Разработать комплекс упражнений для развития силы конкретных мышечных групп (по заданию) и провести на группе.

3 семестр**Художественная гимнастика****Практические задания:**

- 1) Выполнить биомеханический анализ статического равновесия (УИРС 1).
- 2) Разработать программу обучения профилирующему равновесию/повороту.
- 3) Разработать конспект фрагмента основной и подготовительной части тренировочного занятия по ХГ (по заданию) и провести на группе.
- 4) Разработать комплекс СФП (по заданию) и провести на группе.

Спортивная гимнастика

- 1) Выучить и провести фрагмент подготовительной части тренировочного занятия, используемого в тренировочном процессе сборной команды России глубокого резерва (10-12 лет).
- 2) Ознакомиться с элементами батутной подготовки (координационной подготовки) в спортивной гимнастике, разработать серию прыжков во всех рабочих положениях, продемонстрировать обучение прыжкам на партнере.
- 3) Выполнить приемы страховки и помощи при выполнении элементов: кувырок назад в стойку на руках, кувырок назад в стойку на руках с поворотом на 180 гр., медленные перевороты вперед, всторону, боком, темповой переворот вперед, назад, вперед с двух на две, соединение рондат-фляк, сальто вперед, сальто назад, страховка отскока после соединения рондат-фляк.

4 семестр**Художественная гимнастика****Практические задания:**

- 1) Подготовить в форме конспекта комплекс хореографических упражнений 3-х уровней сложности под музыкальное сопровождение и провести на группе.
- Экзерсис должен включать: плие, батманы (тандю, жете), ронде жамб партер, батманы (фондю, фραπε), ронде жамб ан лер, батман девелопе, гранд батман, не менее 2-х видов малых прыжков.
- 2) Выполнить биомеханический анализ профилирующего прыжка/преакробатического элемента (УИРС 2).
 - 3) Разработать программу обучения профилирующему прыжку/преакробатическому элементу.
 - 4) Разработать конспект основной части тренировочного занятия (обучение профилирующему элементу) и провести на группе.
 - 5) Разработать комплекс музыкально-двигательных заданий/игр для формирования музыкальной грамотности и развития музыкальности и артистизма.
 - 6) Подготовить и защитить курсовую работу по проблематике научного направления 5.8.5.

Спортивная гимнастика

- 1) Подготовить в форме конспекта комплекс упражнений партерной хореографии (с включением упражнений с мячами, кубиками для йоги, резиновыми амортизаторами и специфичными упражнениями для мужчин) и провести на группе.
- 2) Провести на группе фрагмент урока по хореографии - классический экзерсис. Экзерсис должен включать: плие, батманы (тандю, жете), ронде жамб партер, батманы (фондю, фραπε), ронде жамб ан лер, батман девелопе, гранд батман.
- 3) Составить комплекс из мелких классических прыжков с включением в него равновесий, поворотов и элементов акробатики и провести на группе
- 4) Составить комплекс из широких прыжков и элементов акробатики (девочки) / комплекс из шагов, прыжков и подскоков, равновесий и элементов акробатики (юноши)
- 5) Ознакомиться и выполнить элементы стилизованного экзерсиса у станка
- 6) Составить хореографическую часть вольных упражнений (девочки)

5 семестр**Художественная гимнастика****Практические задания:**

- 1) Провести анализ соревновательной деятельности гимнасток и оформить отчет о проведенном педагогическом наблюдении.
- 2) Разработать конспект подготовительной части тренировочного занятия по ХГ с предметом (по заданию) и провести на группе.
- 3) Разработать конспект основной части тренировочного занятия из раздела предметной подготовки ХГ (по заданию) и провести на группе.
- 4) Разработать комплекс упражнений специально-двигательной подготовки с предметом и провести на группе.

5) Подготовить и защитить курсовую работу по проблематике научного направления 5.8.5.

Спортивная гимнастика

- 1) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по акробатической подготовке (по заданию) и провести на группе.
- 2) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по подготовке на разновысоких брусьях и перекладине (по заданию) и провести на группе.
- 3) Провести анализ соревновательной деятельности гимнастов и оформить отчет о проведенном педагогическом наблюдении.
- 4) Провести анализ техники выполнения элемента спортивной гимнастики (по заданию) оформить отчет
- 5) Подготовить и защитить курсовую работу по проблематике научного направления 5.8.5.

6 семестр

Художественная гимнастика

Практические задания:

- 1) Разработать документы текущего и оперативного планирования для этапа НП.
- 2) Провести на группе учебно-тренировочное занятие для НП.
- 3) Провести анализ тренировочной деятельности гимнасток этапа НП.

Спортивная гимнастика

- 1) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по базовой технической подготовке на опорном прыжке (по заданию) и провести на группе.
- 2) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по базовой технической подготовке на параллельных брусьях (по заданию) и провести на группе.
- 3) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по базовой технической подготовке на коне (по заданию) и провести на группе.
- 4) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по базовой технической подготовке на кольцах, (по заданию) и провести на группе.

7 семестр

Художественная гимнастика

Практические задания:

- 1) Разработать документы текущего и оперативного планирования для этапа СС.
- 2) Провести на группе учебно-тренировочное занятие для СС.
- 3) Провести анализ тренировочной и соревновательной деятельности гимнасток этапа СС.
- 4) Провести оценку спортивной одаренности гимнасток с использованием педагогических, медико-биологических и психологических методик и представить результаты в виде отчета.

Спортивная гимнастика

- 1) Разработать конспект основной части тренировочного занятия по подготовке на бревне, включая хореографическую подготовку (по заданию) и провести на группе.
- 2) Разработать документы текущего и оперативного планирования для этапа НП / УТ / СС (по заданию)
- 3) Разработать документы оперативного и текущего контроля для этапа НП / УТ (по заданию)
- 4) Провести анализ тренировочной и соревновательной деятельности гимнасток этапа УТ / СС. (по заданию)

8 семестр

Художественная гимнастика

- 1) Подготовить доклад и презентацию по заданной теме.
- 2) Написать эссе на заданную тему.

Спортивная гимнастика

- 1) Подготовить доклад и презентацию по заданной теме.
- 2) Подготовить ответы на вопросы по пройденному материалу

5.4. Перечень видов оценочных средств

Экзаменационные вопросы

Тестовые задания

Доклад

Эссе

Практические задания

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	Спортивная гимнастика Учебная аудитория 314 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету Тренировочный зал № 1 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Ковер для вольных упражнений SPIETH. Прыжковый конь «ERGOJET» Мостик гимнастический «Ergotor 5» Мостик гимнастический «Ergotor 8» Разновысокие брусья «Дортмунд» Бревно соревновательное «Барселона» Брусья параллельные соревновательные «STUTTGARD» Кольца соревновательные «BARCELONA» Конь маховый «SPIETH» Перекладина соревновательная «STUTTGARD» Батут «Висти» Стенка гимнастическая шведская (3100*1000) Канаты для лазанья 6 м. Скамейка гимнастическая. Маты Художественная гимнастика Учебная аудитория 316 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету Тренировочный зал № 3 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Ковер для художественной гимнастики «SPIETH» 16м.*16м Стенка гимнастическая шведская. Скамейка гимнастическая. Музыкальный центр «LG». Зал размерами 23,83*12,02 м. Гимнастические мячи, скакалки, обручи, булавы, ленты. Гимнастические маты. Акробатический рок-н-ролл Учебная аудитория 313 Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Интерактивная доска SMART Board 685i5 со встроенным проектором UF75W, персональный компьютер ICL RAY, акустическая система активная Sven (2x25 Вт), доступ к Интернету Хореографический зал Центр гимнастики, Сыртлановой, 6 Стенка гимнастическая шведская. Скамейка гимнастическая. Музыкальный центр «LG». Гимнастические маты. 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 Xerox Phaser 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 Xerox Phaser 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.

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

Виды и формы отработки пропущенных занятий

Пропущенные учебные занятия подлежат отработке.

Отработка студентом пропущенного лекционного занятия проводится в следующих формах: самостоятельная работа студента над вопросами занятия, с кратким их конспектированием или схематизацией с последующим собеседованием с преподавателем.

Форма отработки студентом пропущенного практического занятия выбирается преподавателем (самостоятельно выполняет практическую работу, готовит эссе, доклад на заданную тему, 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.

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ОБУЧАЮЩИМСЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

