

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования «Мордовский государственный педагогический
университет имени М.Е. Евсевьева»**

Факультет физической культуры

Кафедра физического воспитания и спортивных дисциплин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ТЕХНОЛОГИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Направление подготовки: 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)

Профиль подготовки: Физическая культура. Менеджмент в сфере
физической культуры и спорта

Форма обучения: очная

Разработчик:

канд. пед. наук, доцент кафедры физического воспитания и спортивных
дисциплин Шиндина И. В.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол
№ 7 от 24.02.2021 года.

Зав. кафедрой  Трескин М. Ю.

Программа с обновлениями рассмотрена и утверждена на заседании
кафедры, протокол № 1 от 30.08.2021 года

Зав. кафедрой  Трескин М. Ю.

1. Цель и задачи дисциплины

Цель изучения дисциплины – сформировать у студентов теоретические знания, практические умения и навыки, позволяющие эффективно использовать современные технологии спортивной тренировки в легкой атлетике.

Задачи дисциплины:

- сформировать знания применения современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике, необходимые для проведения учебно-тренировочных занятий в зависимости от возраста, гендерных особенностей, уровня развития физических качеств и др.;
 - выработать навыки терминологического описания и записи средств легкой атлетики;
 - сформировать двигательные умения, позволяющие демонстрировать и согласованно выполнять упражнения легкой атлетики в процессе тренировки;
 - создать у студентов представление о теории и методике формирования навыков выполнения упражнений и тренировки в легкой атлетике и методологии обучения им;
 - сформировать профессионально-педагогические знания, умения и навыки в эффективном использовании современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике для различного контингента;
 - выработать навык обучения средствам тренировки в легкой атлетике;
 - учить конструированию фрагментов содержания учебно–тренировочного занятия на основе знаний современных технологий спортивной тренировки в легкой атлетике;
 - ознакомить с технологией спортивной тренировки и проведением массовых физкультурно-спортивных мероприятий в легкой атлетике;
 - совершенствовать физические способности бакалавров вуза физической культуры.
- В том числе воспитательные задачи:
- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
 - формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина К.М.07.03 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 3 курсе, в 6 семестре.

Для изучения дисциплины требуется знание особенностей методики обучения техники легкоатлетических упражнений, методики развития двигательных качеств, методики спортивной подготовки легкоатлетов.

Освоение дисциплины К.М.07.03 «Технологии физкультурно-спортивной деятельности» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин:

К.М.06.ДВ.05.01 Тренажерные технологии в области физической культуры и спорта;

К.М.06.15 Методика избранного вида спорта;

К.М.06.17 Управление спортивной подготовкой в избранном виде спорта;

К.М.06.28 Управление персоналом в сфере физической культуры и спорта;

К.М.07.02 Практикум по проектированию учебных занятий.

Освоение данной дисциплины также необходимо для прохождения учебной и производственной практик, подготовки студентов к государственной итоговой аттестации.

Области профессиональной деятельности и (или) сферы профессиональной деятельности, на которые ориентирует дисциплина «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», включает: 01 Образование и наука (в сфере начального

общего, основного общего, среднего общего образования, профессионального обучения, профессионального образования, дополнительного образования, в сфере научных исследований); 05 Физическая культура и спорт (в сфере физической культуры и массового спорта; в сфере подготовки спортивного резерва; в сфере управления в области физической культуры и спорта).

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовиться обучающийся, определены учебным планом.

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Компетенция в соответствии ФГОС ВО	
Индикаторы достижения компетенций	Образовательные результаты
ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность	
ПК-2.1. Демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.	знать: - требованиями ФГОС. – основные направления деятельности в сфере физической культуры и спорта; уметь: – применять средства и методы в сфере физической культуры и спорта; – технологии спортивной тренировки; владеть: - алгоритмом постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.
ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других физкультурно-спортивных мероприятий (по выбору).	знать: - способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка; - методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других физкультурно-спортивных мероприятий уметь: – применять средства и методы в сфере физической культуры и спорта; – применять технологии спортивной тренировки. владеть: - методами организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других физкультурно-спортивных мероприятий
ПК-2.3. Демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления.	знать: - способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления; уметь: - демонстрировать способы оказания помощи

	и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления; владеть: - способами организации и оценки различных видов деятельности ребенка.
ПК-2.4. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.	знать: - способы оказания консультативной помощи родителям обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ. уметь: - оказывать консультативную помощь родителям обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ. владеть: - оказания консультативной помощи родителям обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.
ПК-2.5. Объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	знать: - возрастные и индивидуальные особенности детей, межличностные отношения уметь: - объяснять и анализировать поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности. владеть: - методикой физкультурно-спортивных занятий с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности; – спортивной терминологией.
ПК-10 Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	
ПК-10.1. Организует физкультурно-массовые и спортивные мероприятия	знать: – основные и дополнительные образовательные программы; - физкультурно-массовые и спортивные мероприятия уметь: - проектировать основные и дополнительные образовательные программы. владеть: – навыками организации физкультурно-массовых и спортивных мероприятий
ПК-10.2. Использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской	знать: – отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности;

деятельности.	уметь: - использовать отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности. владеть: – навыками организации культурно-просветительской деятельности.
ПК-10.3. Участвует в популяризации знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения.	знать: – программы основного общего и среднего образования среди различных групп населения; уметь: - использовать отечественный и зарубежный опыт популяризации культурно-просветительской деятельности. владеть: – навыками культурно-просветительской деятельности.
ПК-10.4. Применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.	знать: – различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности; уметь: - применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности. владеть: – навыками культурно-просветительской деятельности.

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр	Семестр
		5	6
Контактная работа (всего)	96	48	48
Лекции	32	16	16
Практические занятия	64	32	32
Самостоятельная работа (всего)	30	24	6
Вид промежуточной аттестации: зачет		-	+
Контроль	18	-	18
Общая трудоемкость часов	144	72	72
зачетные единицы	4	2	2

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов дисциплины

Содержание раздела 1 «Основы планирования в физкультурно-спортивной деятельности»

Технология планирования в спорте. Планирование спортивной подготовки в многолетних циклах. Этапы многолетней спортивной подготовки. Микроциклы, мезоциклы, макроциклы тренировки. Определение состояния тренированности. Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена. Система спортивных соревнований: подготовительные, контрольные, подводящие, отборочные, главные. Структура соревновательной деятельности легкоатлетов. Тенденции развития

спорта высших достижений и направление совершенствования системы спортивной подготовки. Общая и специальная физическая подготовка легкоатлета. Техническая подготовка легкоатлета (критерии техники эффективность, стабильность, вариативность, экономичность). Структура тактической подготовленности в различных видах легкой атлетики. Совершенствование тактической подготовки. Психологическая подготовка легкоатлета. Интегральная подготовка. Комплексный контроль в подготовке спортсмена. Прогнозирование возможных результатов спортсмена. Определение ИДФН у спортсменов.

Содержание раздела 2 «Современные технологии на учебно-тренировочных занятиях»

Характеристика двигательной активности бегунов на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. Отбор бегунов на средние, длинные и сверхдлинные дистанции. Методика построения многолетней круглогодичной тренировки. Цели, задачи и параметры учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки. Состав и структура основных средств и методов тренировки на различных этапах. Особенности построения малых, средних и больших тренировочных циклов. Модельные характеристики физической и технической подготовленности спринтеров. Построение многолетней тренировки. Состав и структура видов подготовки, основных тренировочных средств и методов в процессе многолетней подготовки. Моделирование физической подготовленности. Морфофункциональные модели. Многолетняя подготовка прыгунов в высоту. Параметры основных показателей планирования многолетнего тренировочного процесса. Состав и структура основных средств общей и специальной физической подготовки. Построение различных по длительности циклов тренировки. Тесты и контрольные упражнения. Моделирование соревновательной деятельности. Основные этапы развития методики тренировки. Отбор и прогнозирование. Многолетняя тренировка. Многолетняя подготовка метателя копья. Многолетняя структура видов подготовки, специфических тренировочных средств и методов. Особенности построения макро-, мезо- и микроциклов подготовки.

5.2. Содержание лекций (32 ч.)

Раздел 1 «Основы планирования в физкультурно-спортивной деятельности»

Тема 1. Технология планирования в физкультурно-спортивной деятельности (2 ч.)

1. Технология планирования в физической культуре.
2. Технология планирования в спорте.

Тема 2. Построение учебных и тренировочных занятий (2 ч.)

1. Структура построения учебных занятий.
2. Структура построения тренировочных занятий.
3. Определение состояния тренированности.

Тема 3. Особенности занятий в спортивных секциях (4 ч.)

1. Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена.
2. Система спортивных соревнований: подготовительные, контрольные, подводящие, отборочные, главные.
3. Структура соревновательной деятельности легкоатлетов.
4. Тенденции развития спорта высших достижений и направление совершенствования системы спортивной подготовки.
5. Общая и специальная физическая подготовка легкоатлета.
6. Техническая подготовка легкоатлета (критерии техники эффективность, стабильность, вариативность, экономичность).
7. Структура тактической подготовленности в различных видах легкой атлетики.
8. Совершенствование тактической подготовки.

9. Психологическая подготовка легкоатлета.

10. Интегральная подготовка.

Тема 4. Управление процессом физкультурно-спортивной деятельности. Моделирование и прогнозирование спортивной деятельности (4 ч)

1. Педагогический и комплексный контроль в физкультурно-спортивной деятельности.
2. Прогнозирование возможных результатов спортсмена.
3. Определение ИДФН у спортсменов.

Раздел 2 «Современные технологии на учебно-тренировочных занятиях»

Тема 5. Методика обучения в беге на выносливость (4 ч)

1. Основы техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Методика обучения техник бега на средние, длинные дистанции.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 6. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (4 ч).

1. Основы техники бега на короткие дистанции.
2. Методика обучения техник бега на короткие дистанции.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 7. Методика обучения технике в прыжках в высоту (4 ч.)

1. Основы техники в прыжках в высоту.
2. Методика обучения техники в прыжках в высоту.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 8. Методика обучения технике в прыжках в длину (4 ч.)

1. Основы техники в прыжках в длину.
2. Методика обучения техники в прыжках в длину.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 9. Методика обучения технике в метании копья (4 ч.)

1. Основы техники в метании копья.
2. Методика обучения техник в метании копья.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

5.3 Содержание практических занятий (64 ч.)

Раздел 1 «Основы планирования в физкультурно-спортивной деятельности»

Тема 1. Технология планирования в физкультурно-спортивной деятельности (6 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Технология планирования в физической культуре.
2. Технология планирования в спорте.

Тема 2. Построение учебных и тренировочных занятий (6 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Структура построения учебных занятий.
2. Структура построения тренировочных занятий.
3. Определение состояния тренированности.

Тема 3. Особенности занятий в спортивных секциях (8 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия и общая характеристика системы подготовки спортсмена.
2. Система спортивных соревнований: подготовительные, контрольные, подводящие, отборочные, главные.
3. Структура соревновательной деятельности легкоатлетов.
4. Тенденции развития спорта высших достижений и направление совершенствования системы спортивной подготовки.

5. Общая и специальная физическая подготовка легкоатлета.
6. Техническая подготовка легкоатлета (критерии техники эффективность, стабильность, вариативность, экономичность).
7. Структура тактической подготовленности в различных видах легкой атлетики.
8. Совершенствование тактической подготовки.
9. Психологическая подготовка легкоатлета.
10. Интегральная подготовка.

Тема 4. Управление процессом физкультурно-спортивной деятельности. Моделирование и прогнозирование спортивной деятельности (6 ч)

Вопросы для обсуждения:

1. Педагогический и комплексный контроль в физкультурно-спортивной деятельности.
2. Прогнозирование возможных результатов спортсмена.
3. Определение ИДФН у спортсменов.

Раздел 2 «Современные технологии на учебно-тренировочных занятиях»

Тема 5. Методика обучения в беге на выносливость (6 ч)

Вопросы для обсуждения:

1. Основы техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Методика обучения техник бега на средние, длинные дистанции.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 6. Методика обучения технике бега на короткие дистанции (8 ч).

Вопросы для обсуждения:

1. Основы техники бега на короткие дистанции.
2. Методика обучения техник бега на короткие дистанции.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 7. Методика обучения технике в прыжках в высоту (8 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Основы техники в прыжках в высоту.
2. Методика обучения техники в прыжках в высоту.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 8. Методика обучения технике в прыжках в длину (8 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Основы техники в прыжках в длину.
2. Методика обучения техники в прыжках в длину.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

Тема 9. Методика обучения технике в метании копья (8 ч.)

Вопросы для обсуждения:

1. Основы техники в метании копья.
2. Методика обучения техник в метании копья.
3. Анализ, ошибки и оценки выполнения техники движений.

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

6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы

Раздел 1 «Основы планирования в физкультурно-спортивной деятельности»

Вид СРС: записать в словарь терминов

–Раскройте понятия «легкая атлетика», «спортивная подготовка», «техническая подготовка», «тактическая подготовка».

–Дайте определение понятий «физические упражнения», «техника физических упражнений»

– Дайте определение понятий «двигательные качества», «двигательные

способности».

- Дайте определение понятий «силовые способности», «абсолютная сила», «относительная сила».

- Дайте характеристику определения «скоростные способности», элементарные и комплексные формы проявления быстроты.

- Дайте определение понятия «выносливость», «общая и специальная выносливость»

- Назовите, что такое гибкость и её виды.

- Что понимают под двигательно-координационными способностями.

Вид СРС: законспектировать

- Изложите специфические принципы спортивной тренировки.

- Перечислите деловые и личные качества тренера.

- Назовите классификацию легкоатлетических видов спорта.

- Назовите методы спортивной тренировки.

- Охарактеризуйте биомеханические характеристики движений.

- Перечислите принципы спортивной тренировки.

Вид СРС: выполнение творческого задания

- Составить комплекс ОРУ методом круговой тренировки для развития двигательных качеств.

Вид СРС: Решение проблемных ситуаций

- Определите состав конкретных упражнений, которые будут использоваться при обучении занимающихся технике метания копья.

- Определите последовательность освоения того или элемента техники избранного вида спорта. При решении и явлении результата обоснуйте правильность вашего ответа.

- Попробуйте объяснить следующий факт, что многими тренерами в процессе воспитания быстроты движений используется методика, в которой интервалы отдыха в зависимости от предстоящей работы незначительны - от 2-3 до 4-12 мин.

Раздел 2 «Современные технологии на учебно-тренировочных занятиях»

Вид СРС: Заполните таблицу

- Впишите в таблицу составные части тренировочного занятия по легкой атлетике и дайте их характеристику.

- В спортивной тренировке выделяют три основных периода. Впишите название каждого периода в таблицу и укажите его основную направленность.

Вид СРС: выполнение творческого задания

- Составить план-конспект тренировочного занятия по легкой атлетике

- Составить индивидуальный план тренировок по легкой атлетике на месяц.

- Составить комплекс ОРУ методом круговой тренировки для развития двигательных качеств.

Вид СРС: работа с конспектом лекции

- Перечислите, какую учебно-методическую документацию разрабатывает тренер.

- Охарактеризуйте, какие виды планирования в легкой атлетике вы знаете?

- Сформулируйте, какие требования предъявляются к планированию в легкой атлетике?

- Перечислите какие методы спортивной тренировки применяет тренер, реализуя свою профессиональную деятельность на тренировочных занятиях по легкой атлетике?

- Назовите какие требования предъявляются к комплексному контролю в тренировочном процессе?

- Регулирование нагрузки на тренировке по легкой атлетике достигается разнообразными способами и методическими приемами. Перечислите наиболее

эффективные и доступные приемы.

7. Тематика курсовых работ (проектов)

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены

8. Оценочные средства по дисциплине

8.1. Компетенции и этапы формирования

№ п/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
1	Предметно-методический модуль	ПК-2, ПК-10
2	Предметно-технологический модуль	ПК-2, ПК-10

8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции			
2 (не зачтено) Ниже порогового	3 (зачтено) Пороговый	4 (зачтено) Базовый	5 (зачтено) Повышенный
ПК-2. Способен осуществлять целенаправленную воспитательную деятельность			
ПК-2.1. Демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.			
Фрагментарно демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.	Не достаточно демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.	Успешно демонстрирует алгоритм постановки воспитательных целей, проектирования воспитательной деятельности и методов ее реализации с требованиями ФГОС.
ПК-2.2. Демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.), методы и формы организации коллективных творческих дел, экскурсий, походов, экспедиций и других физкультурно-спортивных мероприятий (по выбору).			

Фрагментарно демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка	Не достаточно демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка	В целом успешно, но с отдельными недочетами демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка	Успешно демонстрирует способы организации и оценки различных видов деятельности ребенка
ПК-2.3. Демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления.			
Фрагментарно, демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления.	В целом успешно, но не систематически демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления	В целом успешно, но с отдельными пробелами демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления	Успешно и систематически демонстрирует способы оказания помощи и поддержки в организации деятельности ученических органов самоуправления
ПК-2.4. Выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.			
Фрагментарно, выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.	Не достаточно выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.	В целом успешно, но с отдельными недочетами выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям,	Успешно выбирает и демонстрирует способы оказания консультативной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, в том числе родителям, имеющим детей с ОВЗ.

		имеющим детей с ОВЗ.	
ПК-2.5. Объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.			
Фрагментарно объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	Не достаточно объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности..	В целом успешно, но с отдельными недочетами объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.	Успешно объясняет и анализирует поступки детей, реальное состояние дел в группе с учетом культурных различий детей, возрастных и индивидуальных особенностей детей, межличностных отношений и динамики социализации личности.
ПК-10 Способен разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп			
ПК-10.1. Организует физкультурно-массовые и спортивные мероприятия			
Фрагментарно разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	В целом успешно, но не систематически разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	В целом успешно, но с отдельными недочетами разрабатывать и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп	Успешно разрабатывает и реализовывать культурно-просветительские программы в соответствии с потребностями различных социальных групп
ПК-10.2. Использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности.			

Фрагментарное использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности.	В целом успешно, но не систематически использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности.	В целом успешно, но с отдельными пробелами использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности.	Успешно использует отечественный и зарубежный опыт организации культурно-просветительской деятельности.
ПК-10.3. Участвует в популяризации знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения.			
Фрагментарное использует знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения..	В целом успешно, но не систематически использует знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения.	В целом успешно, но с отдельными пробелами использует знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения.	Успешно использует знаний в области основного общего и среднего образования среди различных групп населения.
ПК-10.4. Применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.			
Фрагментарное применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.	В целом успешно, но не систематически применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.	В целом успешно, но с отдельными пробелами применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.	Успешно применяет различные технологии и методики культурно-просветительской деятельности.

Уровни сформированности компетенций

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации	Шкала оценивания по БРС
	Экзамен	
Повышенный	Отлично	90 – 100%
Базовый	Хорошо	76 – 89%
Пороговый	Удовлетворительно	60 – 75%
Ниже порогового	Неудовлетворительно	Ниже 60%

8.3. Вопросы для промежуточной аттестации

Четвертый семестр (Экзамен, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-2.4, ПК-2.5, ПК-6.1, ПК-6.2)

Типовые вопросы к экзамену

1. Анализ техники бега на средние и длинные дистанции.
2. Анализ техники бега на короткие дистанции.
3. Анализ техники прыжка в высоту способом «перешагивание».
4. Анализ техники спортивной ходьбы.
5. Методика обучения технике спортивной ходьбы.
6. Методика обучения технике разбега в метании гранаты.
7. Методика обучения технике низкого старта.
8. Методика обучения технике прыжка в высоту способом «перешагивание».
9. Методика обучения технике бега по прямой в беге на короткие дистанции.
10. Методика обучения технике бега на короткие дистанции.
11. Методика обучения технике бега на средние и длинные дистанции.
12. Методика обучения технике бега по повороту в беге на короткие дистанции.
13. Методика обучения технике толкания ядра.
14. Методика обучения финальному усилию в толкании ядра.
15. Методика обучения спортивной ходьбы.
16. Методика проведения подготовительной части урока в школе.
17. Места соревнований в оборудовании по прыжкам в высоту.
18. Основы техники прыжков.
19. Основы техники бега.
20. Основы техники метаний.
21. Основы методики обучения технике легкоатлетических видов.
22. Особенности проведения соревнований по кроссу.
23. Обязанности судьи-стартера.
24. Обязанности старшего судьи на финише.
25. Обязанности старшего судьи по метаниям.
26. Правила соревнований в метаниях.
27. Правила соревнований в метании мяча.
28. Правила соревнований в метании мяча и копья.
29. Правила соревнований в толкании ядра.
30. Правила соревнований в спортивной ходьбе.
31. Состав бригады и обязанности судей в метании гранаты.
32. Состав бригады и обязанности судей в толкании ядра.
33. Состав и обязанности бригады судей на финише.
34. Состав и обязанности судейской бригады судей-хронометристов.
35. Состав и обязанности стартовой бригады.
36. Требования к месту соревнований в толкании ядра.
37. Факторы, влияющие на результат в легкоатлетических прыжках.
38. Факторы, влияющие на дальность полёта в метаниях.
39. Понятие допинга, общие принципы борьбы с допингом.
40. Международные и национальные антидопинговые организации, роль WADA в борьбе с допингом.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

Экзамен позволяет оценить сформированность универсальных, и профессиональных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, готовность к практической деятельности, приобретенные навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при

решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на зачете

Для оценки сформированности компетенции посредством собеседования (устного ответа) студенту предварительно предлагается перечень вопросов или комплексных заданий, предполагающих умение ориентироваться в проблеме, знание теоретического материала, умения применять его в практической профессиональной деятельности, владение навыками и приемами выполнения практических заданий.

При оценке достижений студентов необходимо обращать особое внимание на:

- усвоение программного материала;
- умение излагать программный материал научным языком;
- умение связывать теорию с практикой;
- умение отвечать на видоизмененное задание;
- владение навыками поиска, систематизации необходимых источников литературы по изучаемой проблеме;
- умение обосновывать принятые решения;
- владение навыками и приемами выполнения практических заданий;
- умение подкреплять ответ иллюстративным материалом.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

Письменная контрольная работа

Виды контрольных работ: аудиторные, домашние, текущие, экзаменационные, письменные, графические, практические, фронтальные, индивидуальные.

Система заданий письменных контрольных работ должна:

- выявлять знания студентов по определенной дисциплине (разделу дисциплины);
- выявлять понимание сущности изучаемых предметов и явлений, их закономерностей;
- выявлять умение самостоятельно делать выводы и обобщения;
- творчески использовать знания и навыки.

Требования к контрольной работе по тематическому содержанию соответствуют устному ответу.

Также контрольные работы могут включать перечень практических заданий.

Контекстная проблемная ситуация, ситуационная задача

При определении уровня достижений студентов при решении учебных практических задач необходимо обращать особое внимание на следующее:

- способность определять и принимать цели учебной задачи, самостоятельно и творчески планировать ее решение как в типичной, так и в нестандартной ситуации;
- систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы;
- точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы и задания;
- владение инструментарием учебной дисциплины, умение его эффективно использовать в постановке и решении учебных задач;

- грамотное использование основной и дополнительной литературы;
- умение использовать современные информационные технологии для решения учебных задач, использовать научные достижения других дисциплин;
- творческая самостоятельная работа на практических занятиях, активное участие в групповых обсуждениях, высокий уровень культуры исполнения заданий.

9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

1. Кузнецов, В. С. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов учреждений высш. образования / В. С. Кузнецов, Ж. К. Холодов. - 5-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2014. - 204 с.
2. Шиндина И. В. Теория и методика физической культуры и спорта [Текст] : учеб. пособие / И. В. Шиндина, Е. А. Шуняева ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2015. – 222 с.

Дополнительная литература

1. Легкая атлетика: теория и практика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / сост.: Е. А. Шуняева, И. В. Шиндина, В. В. Тимошин [и др.] ; Мордов. гос. пед. ин-т. – Электрон. дан. (2,36 Мб). – Саранск, 2020. – 1 электрон. опт. диск.

10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <http://teoriya.ru/ru> - Журнал «Теория и практика физической культуры и спорта»
2. <http://www.macthrowvideo.com> - Сайт по легкой атлетике

11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
 - прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
 - выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
 - составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;
 - выучите определения терминов, относящихся к теме;
 - продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
 - подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
 - продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.
- Рекомендации по работе с литературой:
- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;

- составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
- выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

12. Перечень информационных технологий

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе используется программное обеспечение, позволяющее осуществлять поиск, хранение, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители, организацию взаимодействия в реальной и виртуальной образовательной среде.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

12.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. SunRav BookOffice.WEB
4. 1С: Университет ПРОФ
5. ПО «Mirapolis Corporate University»
6. СДО MOODLE
7. BigBlueButton

12.2 Перечень информационных справочных систем

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. Справочная правовая система «КонсультантПлюс» (<http://www.consultant.ru>)

12.3 Перечень современных профессиональных баз данных

1. Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn---8sblcdzzacvuc0jbg.xn--80abucjiiibhv9a.xn--p1ai/opendata/>)
2. Профессиональная база данных «Портал открытых данных Министерства культуры Российской Федерации» (<http://opendata.mkrf.ru/>)
3. Электронная библиотечная система Znanium.com(<http://znanium.com/>)
4. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

13. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1С:Университет.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Мультимедийный класс.

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место в составе (системный блок, монитор, клавиатура, мышь, коврик), проектор, интерактивный экран, лазерная указка, доска маркерная.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Лицензионное программное обеспечение:

- Microsoft Windows 7 Pro – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.
- Microsoft Office Professional Plus 2010 – Лицензия № 48751616 от 05.07.2011 г.
- 1С: Университет ПРОФ – Лицензионное соглашение № 10920137 от 23.03.2016 г.

Учебная аудитория для проведения учебных занятий.

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Стадион с твердым покрытием.

Легкоатлетическое ядро (беговые дорожки, сектора для прыжков в длину, высоту, толкания ядра, яма «стипль-чез»), открытая баскетбольная площадка, открытая волейбольная площадка, футбольное поле стадиона, хоккейный корт, площадка для игры в мини-футбол, теннисный корт, площадка «Воркаут», площадка уличных тренажеров, скалодром, военизированная полоса препятствий, учебно-тренировочная пожарная вышка.