

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
"Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева"

**Факультет физической культуры**

**Кафедра ГОФК и туризма**



**Рабочая программа дисциплины  
Теория и методика спортивной подготовки в системе  
физического воспитания**

*(Наименование дисциплины (модуля))*

Направление подготовки

**49.04.01 Физическая культура**

*(цифр, название направления)*

Направленность (профиль) подготовки

**Подготовка высококвалифицированных  
спортсменов в избранном виде спорта**

Квалификация выпускника

**бакалавр**

Форма обучения

**очная**

**Год начала подготовки - 2022**

*(по учебному плану)*

Карачаевск 2023

Составитель: доцент Боташева М.Х.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования – магистратура по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.09.2017 №944, образовательной программой высшего образования по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура (уровень магистратура), направленность (профиль) подготовки «Подготовка высококвалифицированных спортсменов в избранном виде спорта», локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на 2023-2024 уч.год на заседании кафедры спортивных дисциплин:

Протокол № 10 от 30.10.2023г.

Зав. кафедрой

спортивных дисциплин



доц. Кочкаров Э.Э.

## Содержание

1. Наименование дисциплины (модуля).....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.....	5
4. Объем дисциплины.....	6
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	7
6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	9
7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	10
7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	10
7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	13
7.2.1. Типовые тестовые задания.....	13
7.2.2. Темы рефератов.....	22
7.2.3. Примерные вопросы к аттестации.....	23
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	25
8.1. Основная литература:.....	26
8.2. Дополнительная литература:.....	26
8.3. Ресурсы ЭБС:.....	27
9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля).....	27
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	27
10.1. Общесистемные требования.....	27
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины.....	28
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения.....	28
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы.....	28
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	28
12. Лист регистрации.....	30

## 1. Наименование дисциплины (модуля)

### «Теория и методика спортивной подготовки в системе физического воспитания»

**Целью** Формирование у будущих специалистов знаний о целях, задачах, содержании и технологии обучения и воспитания в сфере физической культуры и спорта, а также побуждение к самовоспитанию профессиональных качеств и способностей, обеспечивающих вдумчивый и гибкий подход к организации и управлению учебно-тренировочной и воспитательной работой с физкультурниками и спортсменами

**Для достижения цели ставятся задачи:**

1. Формировать у будущего специалиста знаний в области в физической культуре и спорте.
2. Обучить теории и методике спортивной подготовки в системе физического воспитания.
3. Формировать профессионально-педагогические способности к самостоятельной постановке и решению учебных методических и воспитательных задач.
4. Ознакомить с инновационным подходом к определению эффективности технологий обучения и воспитания в области физической культуры и спорта
5. Формировать умение диагностировать уровень своей педагогической подготовленности, намечать направления к самосовершенствованию.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В результате освоения ОПОП магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине (модулю):

<b>Коды компетенции</b>	<b>Результаты освоения ОПОП Содержание компетенций*</b>	<b>Индикатор достижения компетенций</b>	<b>Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине</b>
<b>УК-2</b>	Способен управлять проектом на всех этапах его жизненного цикла	УК-2.1 Формулирует на основе поставленной проблемы проектную задачу и способ ее решения через реализацию проектного управления УК-2.2. Разрабатывает концепцию проекта в рамках обозначенной проблемы: формулирует цель, задачи, обосновывает актуальность, значимость, ожидаемые результаты и возможные сферы их применения; УК-2.3. Планирует	<b>Знать:</b> содержание и методику комплексного мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта физкультурно-оздоровительных технологий, использующих новейшие достижения в области педагогической деятельности.
			<b>Уметь:</b> составлять программы физкультурно-оздоровительной деятельности для различных групп населения, с учетом возрастных, индивидуально-типологических особенностей и физического состояния занимающихся.

		необходимые ресурсы, в том числе с учетом их заменимости;	<b>Владеть:</b> навыками проведения образовательных, спортивных и физкультурно-оздоровительных программ, разработанных с учетом возрастных, индивидуально-типологических особенностей и физического состояния занимающихся.
<b>ПК-2</b>	Способен реализовывать индивидуальный подход в совершенствовании и спортивного мастерства в процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятий в соответствии с особенностями избранного вида спорта на основе современных знаний в области теории спорта	ПК-2.1. Знает основные принципы индивидуализации обучения и развития спортивного мастерства обучающихся в избранном виде спорта. ПК-2.2. Умеет разрабатывать и реализовывать научно-методическое обеспечение программ спортивной подготовки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. ПК-2.3. Владеет навыками и современными технологиями реализации индивидуального подхода в совершенствовании спортивного мастерства обучающихся в процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятий	<b>Знать:</b> основные принципы индивидуализации обучения и развития спортивного мастерства обучающихся в избранном виде спорта. <b>Уметь:</b> реализовывать научно-методическое обеспечение программ спортивной подготовки с учетом индивидуальных особенностей занимающихся. <b>Владеть:</b> навыками и современными технологиями реализации индивидуального подхода в совершенствовании спортивного мастерства обучающихся в процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных мероприятий

### 3. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Теория и методика спортивной подготовки в системе физического воспитания»

(Б1.В.ДВ.01.02) относится к дисциплинам по выбору вариативной части блока 1 (Б1).

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе в I семестре.

#### МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

Индекс

Б1.В.ДВ.01.02

#### Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Для успешного освоения дисциплины бакалавр должен иметь подготовку по предметам «Менеджмент физической культуры», «Правовые основы физической культуры», «Теория и методика физической культуры», «Маркетинг в ФК и спорте», «Спортивные сооружения и экипировка».

#### Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Изучение дисциплины «Теория и методика спортивной подготовки в системе физического воспитания» необходимо для успешного прохождения соответствующих практик,

предусмотренных учебным планом 49.04.01. Физическая культура, направленность «Теория и методика спортивной подготовки в системе физического воспитания»

**4. Объем дисциплины** (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся  
Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 3 ЗЕТ, 108 академических часов.

Объем дисциплины	Всего часов
	для очной формы обучения
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	108
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>	
<b>Аудиторная работа (всего):</b>	28
<b>в том числе:</b>	
лекции	Не предусмотрено
семинары, практические занятия	28
практикумы	Не предусмотрено
лабораторные работы	Не предусмотрено
<b>Внеаудиторная работа:</b>	
консультация перед зачетом	
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.	
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	80
<b>Контроль самостоятельной работы</b>	
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	зачет

Объем дисциплины	Всего часов
	для заочной формы обучения
<b>Общая трудоемкость дисциплины</b>	108
<b>Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)</b>	
<b>Аудиторная работа (всего):</b>	6
<b>в том числе:</b>	
лекции	Не предусмотрено
семинары, практические занятия	6
практикумы	Не предусмотрено
лабораторные работы	Не предусмотрено
<b>Внеаудиторная работа:</b>	
консультация перед зачетом	
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.	

<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	98
<b>Контроль самостоятельной работы</b>	4
<b>Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)</b>	зачет

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**  
Для очной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах) всего	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
			Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
	<b>РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	<b>108</b>		<b>28</b>		<b>80</b>	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
1	Спортивная подготовка как многолетний процесс. Структура спортивной подготовки		-	4	-	8	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
2	Построение тренировки в малых циклах (микроциклах)		-	2	-	12	УК-2 ПК-2	
3	Построение тренировки в малых циклах (мезоциклах)		-	4	-	10	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
4	Построение тренировки в больших циклах (макроцикл)		-	2	-	10	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
5	<b>РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ В СПОРТЕ</b>		-		-		УК-2 ПК-2	Письменный опрос
6	Общие положения технологии планирования в спорте. Планированные тренировки в многолетних циклах. Планирование тренировки в годичном цикле		-	4	-	10	УК-2 ПК-2	Письменный опрос
7	<b>РАЗДЕЛ 3 КОМПЛЕКСНЫЙ</b>		-		-		УК-2 ПК-2	Письменный опрос

	<b>КОНТРОЛЬ И УЧАСТИЕ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА</b>							
8	Комплексный контроль. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена		-	4	-	10	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
9	<b>РАЗДЕЛ 4 СПОРТИВНЫЙ ОТБОР В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ</b>						УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
10	Спортивный отбор. Спортивная ориентация. Способности.			4		10	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
11	Профессионально-педагогическая этика спортивного педагога и тренера			4		10	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>-</b>	<b>28</b>	<b>-</b>	<b>80</b>		

Для заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)						
			всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
				Лек	Пр	Лаб			
	<b>РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>	<b>108</b>		<b>6</b>		<b>98</b>	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат	
1	Спортивная подготовка как многолетний процесс. Структура спортивной подготовки		-	1	-	12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат	
2	Построение тренировки в малых циклах (микроциклах)		-	1	-	13	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат	
3	Построение тренировки в		-	1	-	13	УК-2	Устный	



	малых циклах (мезоциклах)						ПК-2	опрос Письменный опрос Реферат
4	Построение тренировки в больших циклах (макроцикл)		-	1	-	12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
5	<b>РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ В СПОРТЕ</b>		-		-		УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
6	Общие положения технологии планирования в спорте. Планируемые тренировки в многолетних циклах. Планирование тренировки в годичном цикле		-	1	-	12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
7	<b>РАЗДЕЛ 3 КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ И УЧАСТИЕ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА</b>		-		-		УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
8	Комплексный контроль. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена		-	-	-	12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
	<b>РАЗДЕЛ 4 СПОРТИВНЫЙ ОТБОР В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ</b>						УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
	Спортивный отбор. Спортивная ориентация. Способности.			1		12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
	Профессионально-педагогическая этика спортивного педагога и тренера			1		12	УК-2 ПК-2	Устный опрос Письменный опрос Реферат
	<b>Итого:</b>	<b>108</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>98</b>		

## 6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Помимо рекомендованной основной и дополнительной литературы, в процессе

самостоятельной работы студенты могут пользоваться следующими методическими материалами:

<b>РАЗДЕЛ 1. ОСНОВЫ ПОСТРОЕНИЯ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ</b>
Спортивная подготовка как многолетний процесс. Структура спортивной подготовки
Построение тренировки в малых циклах (микроциклах)
Построение тренировки в малых циклах (мезоциклах)
Построение тренировки в больших циклах (макроцикл)
<b>РАЗДЕЛ 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПЛАНИРОВАНИЯ В СПОРТЕ</b>
Общие положения технологии планирования в спорте. Планируемые тренировки в многолетних циклах. Планирование тренировки в годовом цикле
<b>РАЗДЕЛ 3 КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ И УЧАСТИЕ В ПОДГОТОВКЕ СПОРТСМЕНА</b>
Комплексный контроль. Контроль за соревновательными и тренировочными воздействиями. Контроль за состоянием подготовленности спортсмена
<b>РАЗДЕЛ 4 СПОРТИВНЫЙ ОТБОР В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ</b>
Спортивный отбор. Спортивная ориентация. Способности.
Профессионально-педагогическая этика спортивного педагога и тренера

## 7. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

### 7.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
<b>УК-2</b>					
Базовый	<b>Знать:</b> теоретические и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта	Не знает теоретическое и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта	В целом знает теоретическое и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта	В достаточном объеме знает теоретическое и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта	
	<b>Уметь:</b> осуществлять спортивную подготовку на основе имеющихся	Не умеет осуществлять спортивную подготовку на основе	В целом умеет осуществлять спортивную подготовку	В достаточном объеме умеет осуществлять	

	теоретических знаний	имеющихся теоретических знаний	на основе имеющихся теоретических знаний	спортивную подготовку на основе имеющихся теоретических знаний	
	<b>Владеть:</b> навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортом	Не владеет навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортом	В целом владеет навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортом	В достаточном объеме владеет навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортом	
Повышенный	<b>Знать:</b> теоретические и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта				В полном объеме знает теоретические и методические основы подготовки населения в области физической культуры и спорта
	<b>Уметь:</b> осуществлять спортивную подготовку на основе имеющихся теоретических знаний				В полном объеме умеет осуществлять спортивную подготовку на основе имеющихся теоретических знаний
	<b>Владеть:</b> навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий физической культурой и спортом				В полном объеме владеет навыками обучения двигательным действиям и навыками развития физических качеств в процессе занятий

					физической культурой и спортом
<b>ПК-2</b>					
Базовый	<b>Знать:</b> психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	Не знает психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	В целом знает психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	В достаточном объеме знает психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	
	<b>Уметь:</b> осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	Не умеет осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	В целом умеет осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	В достаточном объеме умеет осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	
	<b>Владеть:</b> навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями	Не владеет навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями	В целом владеет навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями	В достаточном объеме владеет навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями	

Повышенный	<b>Знать:</b> психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий				В полном объеме знает психолого-педагогические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
	<b>Уметь:</b> осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий				В полном объеме умеет осуществлять деятельность по планированию, организации и проведению физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
	<b>Владеть:</b> навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями				В полном объеме владеет навыками организации и проведения физкультурно-оздоровительными и спортивными мероприятиями

## **7.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

### *7.2.1. Типовые тестовые задания*

#### **1. Спорт – это:**

- А. сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним
- Б. вид социальной деятельности, направленный на оздоровление человека и развитие его физических способностей;

- В. специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
- Г. педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

**2. Официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия это**

- А. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорттуризма России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований;
- Б. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорттуризма России;
- В. любое мероприятие, если имеется положение о соревновании
- Г. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований

**3. К какой структурной организации относятся Федерации по видам спорта?**

- А. Государственная.
- Б. Общественная.
- В. Коммерческая

**4. Укажите несуществующее в Российской Федерации спортивное звание:**

- А. мастер спорта России
- Б. гроссмейстер России
- В. международный мастер спорта России
- Г. мастер спорта России международного класса

**5. Укажите несуществующий в Российской Федерации спортивный разряд:**

- А. кандидат в мастера спорта
- Б. четвертый спортивный разряд
- В. второй юношеский спортивный разряд
- Г. третий юношеский спортивный разряд

**6. Принадлежность спортсмена к физкультурно-спортивной организации определяется на основании:**

- А. трудового договора или приказа о зачислении в организацию
- Б. приказа о зачислении в организацию
- В. протокола заседания тренерского совета
- Г. протокола заседания тренерского совета или паспорта спортсмена

**7. При подготовке спортивного резерва устанавливаются следующие этапы многолетней подготовки спортсменов**

- А. этап общефизической подготовки и этап специальной физической подготовки;
- Б. начальный, средний и высший;
- В. начальный этап, учебно-тренировочный, этап спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства;
- Г. спортивно-оздоровительный этап, этап начальной подготовки, учебно-тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

**8. Укажите лишний этап многолетней подготовки спортсменов:**

- А. спортивно-оздоровительный этап

- Б. учебно-тренировочный этап
- В. учебно-подготовительный этап
- Г. этап высшего спортивного мастерства

**9. Для чего нельзя использовать спортивные сооружения?**

- А. для проведения физкультурных мероприятий
- Б. для проведения культурных мероприятий
- В. для обслуживания спортивных и физкультурных мероприятий
- Г. для проведения банкетов

**10. Единая всероссийская спортивная федерация формируется сроком на**

- А. четыре года
- Б. пять лет
- В. постоянно
- Г. 10 лет

**11. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в летних видах спорта, но не менее**

- А. 20
- Б. 35
- В. 38
- Г. 15

**12. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в зимних видах спорта, но не менее**

- А. 20
- Б. 10
- В. 35
- Г. 15

**13. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств Европы в летних видах спорта, но не менее**

- А. 20
- Б. 10
- В. 35
- Г. 15

**14. Количество участников (спортсменов, пар, групп, экипажей) спортивных команд в виде программы для чемпионатов, кубков, первенств Российской Федерации, других официальных всероссийских спортивных соревнований, но не менее**

- А. 6
- Б. 10
- В. 15
- Г. 8

**15. Количество участников (спортсменов, пар, групп, экипажей) спортивных команд в виде программы для чемпионатов, кубков, первенств Федеральных округов, других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, но не менее**

- А. 6
- Б. 10
- В. 15

Г. 8

**16. Спортивные разряды присваиваются сроком на**

- А. до конца занятий спортом;
- Б. два года;
- В. один год;
- Г. постоа

**17. Представление на присвоение спортивного разряда подается с момента выполнения спортсменом норм и требований и условий их выполнения в течении**

- А. шести месяцев;
- Б. трех месяцев;
- В. одного года;
- Г. четырех лет.

**18. Представление на присвоение спортивного звания подается с момента выполнения спортсменом норм и требований и условий их выполнения в течении**

- А. шести месяцев;
- Б. трех месяцев;
- В. одного года;
- Г. олимпийского цикла

**19. Методика это:**

- А. совокупность различных методов, обеспечивающих успешность овладения отдельными упражнениями и форм организации занятий;
- Б. система преподавания и передачи опыта подрастающему поколению;
- В. процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей.

**20. Двигательное умение это:**

- А. система подготовки, направленная на овладение человеком различных физических упражнений;
- Б. уровень овладения человеком двигательными способностями, при котором не требуется включение мыслительных процессов при их выполнении;
- В. уровень овладения двигательным действием, при котором управление движениями осуществляется при активной роли мышления.

**21. Двигательный навык это:**

- А. процесс овладения человеком двигательными способностями, необходимыми для его жизнедеятельности;
- Б. степень владения действием, при которой управление движениями происходит автоматизировано, т.е. не требуется специально направленного на них внимания;
- В. способность человека перемещать свое тело в пространстве и времени.

**22. Спортивная тренировка это:**

- А. движения или действия, используемые для развития физических способностей (качеств), органов и систем, для формирования и совершенствования двигательных навыков;
- Б. процесс спортивного совершенствования, направленный на развитие определенных качеств, способностей и формирование необходимых знаний, умений и навыков, обуславливающих готовность спортсмена к достижению наивысших результатов в избранном виде спортивной деятельности;



В. процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности.

**23. Спорт во всем мире развивается по основным:**

- А. двум направлениям;
- Б. трем направлениям;
- В. четырьмя направлениям;
- Г. пяти направлениям.

**24. Процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки, называется:**

- А. физической подготовкой;
- Б. физическим совершенством;
- В. спортивной тренировкой;
- Г. учебно-тренировочным процессом.

**25. Степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижение высоких спортивных результатов называется:**

- А. технической подготовкой;
- Б. индивидуальной особенностью техники;
- В. высоким уровнем технического мастерства;
- Г. профессиональным спортом.

**26. Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются:**

- А. физические упражнения;
- Б. оздоровительные силы природы;
- В. гигиенические факторы;
- Г. тренажеры и тренажерные устройства.

**27. Принципы спортивной тренировки представляют собой:**

- А. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в котором синтезированы научные данные и передовой опыт практической тренерской работы;
- Б. способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности тренера и спортсмена;
- В. внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
- Г. путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

**28. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения:**

- А. основы техники
- Б. ведущего звена техники
- В. подводящих упражнений
- Г. техники выполнения движения

**29. Структура процесса обучения двигательным действиям:**

- А. подготовительная, основная и заключительная часть;
- Б. начальное разучивание упражнения, углубленное разучивание упражнения, закрепление и совершенствование;

В. общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, тактическая и теоретическая подготовка.

**30. Что должно стоять в базовой подготовке юношей на первом месте?**

- А. физическая
- Б. техническая
- В. психическая
- Г. соревновательная
- Д. тактическая

**31. Какой наиболее информативный способ отбора в спорте?**

- А. игровой
- Б. соревновательный
- В. многоборный

**32. С каким принципом подготовки четырехгодичного цикла к Олимпийским играм вы согласились бы?**

- А. 1.первый год: создать несколько команд молодежи (5-6)
- 2.второй год: создать прообраз сборной (3-4)
- 3.третий год: создать уточнение сборной (2-3)
- 4. четвертый год: планомерная подготовка сборной (1-2)
- Б. по состоянию табеля о рангах чемпионата
- В. по состоянию на данный момент

**33. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:**

- А. наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта;
- Б. максимальный фонд двигательных умений и навыков;
- В. наивысший уровень развития физических качеств;
- Г. отличное здоровье спортсмена.

**34. Система организационно-методических мероприятий позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:**

- А. спортивной ориентацией;
- Б. спортивным отбором;
- В. анализом и оценкой одаренности;
- Г. диагностикой предрасположенности.

**35. Виды планирования:**

- А. месячное, квартальное, годовое;
- Б. стратегическое, тактическое, активное;
- В. перспективное; текущее, оперативное.

**36. Самым длительным по времени из представленных является:**

- А. Мезоцикл,
- Б. Микроцикл
- В. Макроцикл

**37. Макроцикл тренировки включает в себя обычно:**

- А. от 3 месяцев до 4 месяцев;

- Б. от двух до несколько занятий;
- В. от 2 недель до 6 недель;
- Г. от 6 месяцев до 1 года.

**38. Основу двигательных способностей составляют...**

- А. физические качества и двигательные умения;
- Б. сила, быстрота, выносливость;
- В. гибкость и координированность;
- Г. двигательные автоматизмы.

**39. Динамика спортивной формы носит:**

- А. прямолинейный стабильный характер;
- Б. прямолинейный прогрессирующий характер;
- В. волнообразный характер с пиками и спадами;
- Г. характеризуется относительной стабильностью.

**40. На что акцентируется внимание начинающих спортсменов?**

- А. сила
- Б. выносливость
- В. телосложение
- Г. техника

**41. Под выносливостью как физическим качеством понимается...**

- А. комплекс свойств, определяющих способность противостоять утомлению;
- Б. комплекс свойств, обуславливающий возможность выполнять разнообразные физические нагрузки;
- В. способность длительно совершать физическую работу, практически не утомляясь;
- Г. способность сохранять заданные параметры работы.

**42. Что является результатом выполнения силовых упражнений с большим отягощением?**

- А. повышение уровня функциональных возможностей организма;
- Б. увеличение объема мышц;
- В. укрепление опорно-двигательного аппарата;
- Г. быстрый рост абсолютной силы.

**43. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время...**

- А. подвижных и спортивных игр;
- Б. скоростно-силовых упражнений;
- В. выпрыгивания вверх с места;
- Г. ведения мяча «змейкой».

**44. Комплекс свойств индивида, в решающей мере определяющих его способность противостоять утомлению в процессе деятельности:**

- А. выносливость
- Б. концентрация
- В. работоспособность
- Г. сила

**45. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?**

- А. скоростно-силовые способности;

- Б. лично-психические качества;
- В. факторы функциональной экономичности;
- Г. аэробные возможности

**46. Основу двигательных способностей составляют...**

- А. двигательные автоматизмы;
- Б. сила, быстрота, выносливость;
- В. гибкость и координированность
- Г. физические качества и двигательные умения

**47. Комплекс функциональных свойств, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальное время:**

- А. Скорость движения
- Б. Скоростные способности
- В. Быстрота движений
- Г. Координация

**48. Какая форма проявления скоростных способностей определяется по так называемому латентному (скрытому) периоду реакции?**

- А. быстрота двигательной реакции;
- Б. скорость одиночного движения;
- В. частота движений;
- С. ускорение

**49. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на ...**

- А. гибкость;
- В. быстроту;
- В. выносливость;
- Г. координацию

**50. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию ...**

- А. координации движений;
- Б. техники движений;
- В. скоростной силы;
- Г. быстроты реакции

**52. Упражнения, содействующие развитию выносливости, целесообразно выполнять в**

- А. конце подготовительной части занятия;
- Б. начале основной части занятия;
- В. середине основной части занятия;
- Г. конце основной части занятия

**53. Упражнения, содействующие развитию быстроты, целесообразно выполнять в ...**

- А. конце подготовительной части занятия;
- Б. начале основной части занятия;
- В. середине основной части занятия;
- Г. конце основной части занятия

Ответ Б

**54. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является**

- А. календарь соревнований;
- Б. правила соревнований;
- В. положение о соревновании;
- Г. программа соревнований.

**55. Готовность тренера оказать помощь занимающемуся, неудачно исполняющему упражнение это:**

- А. помощь в выполнении задания
- Б. страховка
- В. поддержка
- Г. взаимопомощь

**56. Отметьте пункт, не относящийся к основным условиям успешной учебной деятельности:**

- А. равномерность;
- Б. однообразие;
- В. постепенность;
- Г. посильность психической и физической нагрузки.

**57. Укажите неверный ответ. На какие уровни облученности должен ориентироваться учитель в современном образовании:**

- А. уровень осознанности;
- Б. практический уровень;
- В. репродуктивный уровень;
- Г. творческий уровень.

**58. Чем необходимо руководствоваться для повышения качества обученности?**

- А. уровнем их репродуктивных возможностей;
- Б. уровнем творческих способностей.
- В. учетом возможностей, способностей и потребностей учащихся;
- Г. уровнем практических навыков.

**59. Социализация представляет собой:**

- А. процесс и результат становления человеческой индивидуальности;
- Б. процесс и результат становления индивида социальным существом;
- В. развитие человека на протяжении всей его жизни во взаимодействии с окружающей средой в процессе усвоения и воспроизводства социальных норм и культурных ценностей;
- Г. развитие и самоизменение человека в процессе усвоения и воспроизводства культуры.

**60. Укажите неверный ответ. Каковы основные направления в образовании в настоящее время:**

- А. социализация;
- Б. гуманизация;
- В. специализация.
- Г. экологизация;

**61. Исключите неверный ответ. Наличие воспитательной системы в школе – это:**

- А. наличие четко спланированных воспитательных мероприятий;
- Б. скоординированность всех школьных воспитательных мероприятий;
- В. согласованность действий всех лиц, коллективов, организаций и объединений, работающих в школе;

## Г. логическая и целенаправленная деятельность воспитателей.

### Критерии оценки:

- «5»: Студент правильно выполнил все задания.
- «4»: Студент правильно выполнил 4/5 заданий.
- «3»: Студент правильно выполнил 3/4 заданий.
- «2»: Студент правильно выполнил половину и менее половины заданий.

### 7.2.2. Темы рефератов

1. Общая характеристика, основные методы силовой тренировки.
2. Общая характеристика, основные методы тренировки быстроты.
3. Общая характеристика, основные методы тренировки быстроты.
4. Общая характеристика, основные методы тренировки гибкости.
5. Основы и методы тренировки координационных способностей спортсмена.
6. Классификация видов спорта, спортивной подготовки и их функции.
7. Техническая подготовленность спортсменов.
8. Психическая подготовленность спортсменов.
9. Тактическая подготовленность спортсменов.
10. Физическая подготовленность спортсменов.
11. Интегральная подготовленность спортсменов.
12. Назовите основные составляющие профессионализма человека и кратко охарактеризуйте их.
13. Дайте краткую характеристику различных видов профессионально-педагогической компетентности.
14. Структура обучающей деятельности педагога.
15. Объем обучающей деятельности педагога как целостное педагогическое явление.
16. Охарактеризуйте цели самосовершенствования человека.
17. Какие виды определения понятия «педагогический опыт» вам известны?
18. Виды педагогического опыта и их характерные особенности.
19. Педагогический опыт как фактор самореализации творческого потенциала педагога.
20. Структура профессионально-педагогического мастерства.
21. Какие группы критериев могут позволить определить уровень профессионализма педагога?
22. Профессионализм личности и деятельности педагога.
23. Профессиональная направленность и способности – факторы движения к вершинам мастерства.
24. Задачи и этапы самосовершенствования человека.
25. Возможности профессионального самосовершенствования тренеров и спортсменов.
26. Педагогический опыт как одна из основ педагогического мастерства.
27. Объективные и субъективные факторы достижения вершин профессионализма.
28. Педагогическая технология и мастерство преподавателя.
29. Объект обучающей деятельности педагога как целостное педагогическое явление.
30. Акмеологическая направленность содержательных и процессуальных составляющих педагогического процесса при подготовке специалистов по ФКиС.
31. Виды педагогической компетентности и ее проявление в деятельности тренера.
32. Технология организации и осуществления педагогического общения в процессе физкультурно-спортивной деятельности.
33. Мастерство педагога – тренера в формировании спортивного коллектива как творческий процесс.
34. Определение уровня обучающей деятельности педагога по системе «ЛИДЕР».
35. Определение эффективности педагогической технологии.

36. Акмеологический автопортрет.
37. Акмеологический портрет тренера.

### **Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:**

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

### **7.2.3. Примерные вопросы к аттестации**

1. Общая характеристика, основные методы силовой тренировки.
2. Общая характеристика, основные методы тренировки выносливости.
3. Общая характеристика, основные методы тренировки быстроты.
4. Общая характеристика, основные методы тренировки
5. гибкости.
6. Основы и методы тренировки координационных способностей спортсмена.
7. Классификация видов спорта, спортивной подготовки и их функции,
8. Техническая подготовленность спортсменов.
9. Психическая подготовленность спортсменов.
10. Тактическая подготовленность спортсменов.
11. Физическая подготовленность спортсменов.
12. Интегральная подготовленность спортсменов.
13. Контрольные вопросы к экзамену
14. Становление и предмет спортивной подготовки (назначение, функции, структура и т.д.)
15. Содержание и структура спортивной подготовки (предмет, цель, задачи, структурные элементы).
16. Основные понятия: спорта, спортивной подготовки, системы спортивной подготовки.
17. Основные понятия: спортивные соревнования, спортивные достижения, спортивной тренировки, системы спортивной тренировки.
18. Основные виды классификации спорта.
19. Олимпийская классификация видов спорта.
20. Полу функциональность спорта и вариативность его функций.
21. Определение, цель, задачи спортивной тренировки и спортивной подготовки.

22. Основные средства спортивной подготовки и спортивной тренировки (в вашем виде спорта).
23. Основные методы в спортивной тренировке и спортивной подготовке.
24. Принципы спортивной тренировки и спортивной подготовки.
25. Структура тренировочного процесса (построение спортивной тренировки).
26. Структура малых тренировочных циклов (микроциклов).
27. Структура средних тренировочных циклов (мезоциклов).
28. Структура многомесячных циклов тренировок (макроциклов).
29. Периодизация спортивной тренировки.
30. Особенности тренировок в различные периоды макроцикла.
31. Спортивная тренировка как многолетний процесс (три стадии подготовки спортсмена)
32. Нагрузка и ее основные характеристики, применяемые в вашей спортивной тренировке).
33. Компоненты нагрузки, определяющие ее направленность и величину (на примере вашего вида спорта).
34. 21.21 Утомление и восстановление в спортивной тренировке (на примере специализации).
35. Адаптация в спортивной тренировке (на примере специализации).
36. Структура подготовленности спортсменов (общая характеристика).
37. Техническая подготовленность спортсменов.
38. Психическая подготовленность спортсменов.
39. Тактическая подготовленность спортсменов.
40. Физическая подготовленность спортсменов.
41. Интегральная подготовленность спортсменов.
42. Общая характеристика, основы и методы силовой тренировки в избранном виде спорта.
43. Общая характеристика, основы и методы тренировки выносливости в избранном виде спорта.
44. Общая характеристика, основы и методы тренировки быстроты в избранном виде спорта.
45. Общая характеристика, основы и методы тренировки гибкости в избранном виде спорта.
46. Общая характеристика, основы и методы силовой тренировки координационных способностей в избранном виде спорта.
47. Сила, ее разновидности, формы проявления.
48. Методика обучения двигательным действиям в спортивной тренировке.
49. Наглядные методы и приемы обучения двигательным действиям.
50. Практические методы и приемы обучения в спортивной тренировке.
51. Игровые и соревновательные методы в спортивной тренировке.
52. Понятие «спортивная ориентация» и «спортивный отбор» и их место в многолетней системе подготовки спортсменов.
53. Основные этапы и методы отбора спортсменов и методические требования к ним.
54. Содержание планирования (программирования). Основные типы и виды планов в спортивной подготовке.
55. Контроль за ходом тренировки и ее оценка. Основные виды и формы контроля.
56. Подготовка и анализ тренировочного занятия.
57. Организация тренировочного занятия и ее составные части.
58. Питание спортсмена. Питание спортсмена в день соревнований.
59. Спортсмены Карачаево-Черкесии - участники международных соревнований.
60. Спортсмены Северного Кавказа на Олимпийских играх.
61. Карачаевцы-спортсмены в департационный период.



## 62. Участие спортсменов КЧГУ на Всероссийских и Международных соревнованиях, на Чемпионатах Мира и Европы.

### Критерии оценки:

оценка «зачтено» выставляется студенту, если вопросы раскрыты, изложены логично, без существенных ошибок, показано умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, продемонстрировано усвоение ранее изученных вопросов, сформированность компетенций, устойчивость используемых умений и навыков. Допускаются незначительные ошибки.

- оценка «не зачтено» выставляется, если не раскрыто основное содержание учебного материала; обнаружено незнание или непонимание большей или наиболее важной части учебного материала; допущены ошибки в определении понятий, которые не исправлены после нескольких наводящих вопросов; не сформированы компетенции, умения и навыки.

**Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания**

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "незачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

### **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

## **8.1. Основная литература:**

1. Васильков А.А. Теория и методика спорта. Ростов н/Д.: Феникс, 2009. - 384 с.
2. Волков, И. П. Теория и методика обучения в избранном виде спорта: учебное пособие / И. П. Волков. - Минск: РИПО, 2015. - 196 с.- ISBN 978-985-503-542-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/949041> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. Кузьменко, Г. А. Развитие интеллектуальных способностей подростков в условиях спортивной деятельности: теоретико-методологические и организационные предпосылки: монография / Г. А. Кузьменко. - Москва: Прометей, 2013. - 532 с. - ISBN 978-5-7042-2393-1. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/558720> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
4. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: 4-е изд., испр. и. доп. / Л.П. Матвеев Санкт- Петербург: «Лань», 2005. — 384 с: ил.
5. Матвеев Л.П.Общая теория спорта: Учебная книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования / Л.П. Матвеев. - М.: 4-й филиал Воениздата, 1997. - 304с.
6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учеб. для завершающего уровня высшего физкультурного образования / Л.П.Матвеев. - 5-е изд., испр. и доп.М., Изд-во «Советский спорт», 2010. - 384 с.
7. Пиянзин, А. Н. Методика физического воспитания: учебное пособие / А. Н. Пиянзин. - Тольятти: ТГУ, 2018. - 82 с. - ISBN 978-5-8259-1219-6. - URL: <https://e.lanbook.com/book/139663> (дата обращения: 05.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
8. Под общ. Ред. Ф.П.Сулова, Ж.К.Холодова. Теория и методика спорта: Учеб. пособие для училищ олимпийского резерва. - М., 1997. - 416 с.
9. Развитие личностных качеств обучающихся в учебной и спортивной деятельности: учебное пособие / под редакцией Г. А. Кузьменко. - Москва: Прометей, 2013. - 560 с. - ISBN 978-5-7042-2507-2. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/557400> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
10. Рубин, В. С. Разделы теории и методики физической культуры: учебное пособие / В. С. Рубин. - 2-е изд., стер. - Санкт-Петербург : Лань, 2020. - 104 с. - ISBN 978-5-8114-4976-7. - URL: <https://e.lanbook.com/book/136171> (дата обращения: 04.06.2021). - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учебное пособие. - М.: Академия ИЦ, 2011. - 479 с.
12. Ю.Д. Железняк, И.В. Кулишенко, Е.В. Крякина; под ред. Ю.Д. Железняка. Методика обучения физической культуре: учебник для студ. учрежд. высш. проф. образ. М.: Изд. центр «Академия», 2013.

## **8.2. Дополнительная литература:**

1. Мансуров И.И. Теоретико-методические основы физической культуры в школе. Карачаевск, 2003. - 360 с.
2. Под ред. Л.Б. Кофмана; авт.-сост. Г.И. Погадаев. Настольная книга учителя физической культуры/ - М.:ФиС, 2008. - 496с.
3. Джаубаев Ю.А. Педагогические основы использования подвижных игр народов Карачаево-Черкесии как средства физического воспитания и рекреации школьников: Монография.-Карачаевск: КЧГУ, 2018.-220с.
4. Джаубаев Ю.А. Региональная политика в сфере туризма: вызовы времени и перспективы развития // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Карачаевск: КЧГУ, 2018.-296с.

### 8.3. Ресурсы ЭБС:

## 9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Российский журнал "Физическая культура". - <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index.htm>
2. Журнал "Теория и практика физической культуры". - <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm>
3. Правила различных спортивных игр. - <http://sportrules.boom.ru/>
4. Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры. - <http://www.infosport.ru/press/fkvot/>

Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры. - <http://tpfk.infosport.ru/>

## 10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

### 10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

<http://kchgu.ru> - адрес официального сайта университета

<https://do.kchgu.ru> - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2021 / 2022 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25 марта 2021г.	с 30.03.2021 г по 30.03.2022 г.
	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № СЭБ НВ-294 от 1 декабря 2020 года.	Бессрочный
2021 /2022 учебный год	Электронная библиотека КЧГУ (Э.Б.).Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г.Протокол № 1). Электронный адрес: <a href="https://kchgu.ru/biblioteka">https://kchgu.ru/biblioteka</a> - <a href="https://kchgu.ru/">kchgu/</a>	Бессрочный
2021 / 2022 Учебный год	Электронно-библиотечные системы: Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU» - <a href="https://www.elibrary.ru">https://www.elibrary.ru</a> . Лицензионное соглашение №15646 от 01.08.2014г.Бесплатно.  Национальная электронная библиотека (НЭБ) – <a href="https://rusneb.ru">https://rusneb.ru</a> . Договор №101/НЭБ/1391 от 22.03.2016г.Бесплатно.  Электронный ресурс «Polred.com Обзор СМИ» –	Бессрочно

### **10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

369200, Карачаево-Черкесская республика, г. Карачаевск, ул. Ленина, 29. Учебный корпус № 3, ауд. 96

Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации

Специализированная мебель:

столы ученические, стулья, доска меловая.

Технические средства обучения: переносной экран настенный с электроприводом, проектор, ноутбук.

### **10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения**

ABBYY FineReader (лицензия №FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.

Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.

GNU Image Manipulation Program (GIMP) (лицензия: №GNU GPLv3), бессрочная.

Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.

KasperskyEndpointSecurity (Лицензия № 0E2619021414342391082), с 14.02.2019 по 02.03.2021г.

KasperskyEndpointSecurity (Лицензия № 280E-210210-093403-420-2061), с 03.03.2021 по 04.03.2023г.

Kaspersky Endpoint Security (Лицензия № 1CI2-230131-040105-990-2679), с 25.01.2023 г. по 03.03.2025 г.

Microsoft Office (лицензия №60127446), бессрочная.

Microsoft Windows (лицензия №60290784), бессрочная.

### **10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

#### **Современные профессиональные базы данных**

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir  
<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

#### **Информационные справочные системы**

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.

## **11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

В группах, в состав которых входят студенты с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий создается гибкая, вариативная организационно-методическая система обучения, адекватная образовательным потребностям данной категории обучающихся, которая позволяет не только обеспечить преимущество систем общего (инклюзивного) и высшего образования, но и будет способствовать формированию у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО, ускорит темпы профессионального становления, а также будет способствовать их социальной адаптации.

В процессе преподавания учебной дисциплины создается на каждом занятии толерантная социокультурная среда, необходимая для формирования у всех обучающихся

гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности к полноценному общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия, в том числе и характерные для обучающихся с ОВЗ.

Посредством совместной, индивидуальной и групповой работы формируется у всех обучающихся активная жизненная позиция и развитие способности жить в мире разных людей и идей, а также обеспечивается соблюдение обучающимися их прав и свобод и признание права другого человека, в том числе и обучающихся с ОВЗ на такие же права.

В процессе овладения обучающимися с ОВЗ компетенциями, предусмотренными рабочей программой дисциплины преподаватель руководствуется следующими принципами построения инклюзивного образовательного пространства:

– **Принцип индивидуального подхода**, предполагающий выбор форм, технологий, методов и средств обучения и воспитания с учетом индивидуальных образовательных потребностей каждого из обучающихся с ОВЗ, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

– **Принцип вариативной развивающей среды**, который предполагает наличие в процессе проведения учебных занятий и самостоятельной работы обучающихся необходимых развивающих и дидактических пособий, средств обучения, а также организацию безбарьерной среды, с учетом структуры нарушения в развитии (наврушения опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха и др.).

– **Принцип вариативной методической базы**, предполагающий возможность и способность использования преподавателем в процессе овладения обучающимися с ОВЗ данной учебной дисциплиной, технологий, методов и средств работы из смежных областей, применение методик и приемов тифло-, сурдо-, логопедии.

– **Принцип самостоятельной активности обучающихся с ОВЗ**, предполагающий обеспечение самостоятельной познавательной активности данной категории обучающихся посредством дополнения раздела РПД «Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине» заданиями, учитывающими различные стартовые возможности данной категории обучающихся (структуру, тяжесть, сложность дефектов развития).

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе проведения учебных занятий осуществляется учет наиболее типичных проявлений психоэмоционального развития, поведенческих особенностей, свойственных обучающимся с ОВЗ: повышенной утомляемости, инертности эмоциональных реакций, нарушений психомоторной сферы, недостаточное развитие вербальных и невербальных форм коммуникации. В отдельных случаях учитывается их склонность к перепадам настроения, аффективность поведения, повышенный уровень тревожности, склонность к проявлениям агрессии, негативизма.

В группах, в состав которых входят обучающиеся с ОВЗ, в процессе учебных занятий используются технологии, направленные на диагностику уровня и темпов профессионального становления обучающихся с ОВЗ, а также технологии мониторинга степени успешности формирования у них компетенций, предусмотренных ФГОС ВО при изучении данной учебной дисциплины, используя с этой целью специальные оценочные материалы и формы проведения промежуточной и итоговой аттестации, специальные технические средства, предоставляя обучающимся с ОВЗ дополнительное время для подготовки ответов, привлекая тьютеров).

Материально-техническая база для реализации программы:

1. Мультимедийные средства:

- интерактивные доски «Smart Board», «Toshiba»;
- экраны проекционные на штативе 280\*120;
- мультимедиа-проекторы Epson, Benq, Mitsubishi, Aser;

2. Презентационное оборудование:
- радиосистемы AKG, Shure, Quik;
  - видеоконференц-комплекты Microsoft, Logitech;
  - микрофоны беспроводные;
  - класс компьютерный мультимедийный на 21 мест;
  - ноутбуки Aser, Toshiba, Asus, HP;

Наличие компьютерной техники и специального программного обеспечения: имеются рабочие места, оборудованные рельефно-точечными клавиатурами (шрифт Брайля), программное обеспечение NVDA с функцией синтезатора речи, видеоувеличителем, клавиатурой для лиц с ДЦП, роллером. Распределение специализированного оборудования.

## 12. Лист регистрации

№	Внесенные изменения	Дата ученого совета университета, ученого совета института/факультета на котором были утверждены изменения
1.	Обновлен договор на использование комплектов лицензионного программного обеспечения: оказание услуг по продлению лицензий на антивирусное программное обеспечение. Kaspersky Endpoint Security (номер лицензии 280E-210210-093403-420-2061). 2021-2023 годы	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
2.	Обновлены договоры на предоставление доступа к электронно-библиотечным системам: Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 5184 ЭБС от 25.03.2021г. (срок действия с 30.03.2021 по 30.03.2022г.) Электронно-библиотечная система «Лань». Договор №СЭБ НВ-294 от 01.12.2020г. Бессрочный.	Решение ученого совета КЧГУ от 31 марта 2021г., протокол № 6
3.	Обновлены договоры: 1. На антивирус Касперского. (Договор №56/2023 от 25 января 2023г.). Действует до 03.03.2025г. 2. Договор № 915 ЭБС ООО «Знаниум» от 12.05.2023г. Действует до 15.05.2024г.	Решение ученого совета Протокол №8 от 29.06.2023г.

**Решение кафедры ТОФК и туризма:** Зарегистрированные изменения учтены при составлении РПД, протокол № 10 от 30.10.2023 г.