

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования\_  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Факультет естественных и математических наук

---

УТВЕРЖДЕНО

решением Ученого совета ННГУ

протокол № 10 от 02.12.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Методика обучения физической культуре

---

Уровень высшего образования

Бакалавриат

---

Направление подготовки / специальность

44.03.01 - Педагогическое образование

---

Направленность образовательной программы

Физическая культура

---

Форма обучения

очно-заочная

---

г. Арзамас

2025 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.О.07.04 Методика обучения физической культуре относится к обязательной части образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции (код, содержание компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства	
	Индикатор достижения компетенции (код, содержание индикатора)	Результаты обучения по дисциплине	Для текущего контроля успеваемости	Для промежуточной аттестации
ОПК-2: Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	ИОПК-2.1: Знает педагогические закономерности организации образовательного процесса; нормативно-правовые, аксиологические, психологические, дидактические и методические основы разработки и реализации основных и дополнительных образовательных программ; специфику использования ИКТ в педагогической деятельности. ИОПК-2.2: Умеет разрабатывать отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ (цели, планируемые результаты, содержание, организационно-методический инструментарий, диагностические средства оценки результативности обучения), в том числе с использованием ИКТ. ИОПК-2.3: Владеет технологиями реализации основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде.	ИОПК-2.1: Знать педагогические закономерности организации образовательного процесса; нормативно-правовые, аксиологические, психологические, дидактические и методические основы разработки и реализации основных и дополнительных образовательных программ; специфику использования ИКТ в педагогической деятельности  ИОПК-2.2: Уметь: разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов  ИОПК-2.3: Владеть: навыками разработки образовательных программ по физическому воспитанию с различными группами населения; основами разработки методического обеспечения организации учебно-тренировочного процесса и руководства	Реферат Практическое задание	Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы  Зачёт: Контрольные вопросы

		соревновательной деятельностью спортсменов в базовом и избранном виде спорта; навыками планирования и ведения учета и отчетности в деятельности физкультурно-спортивных организаций.		
ОПК-3: Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	ИОПК-3.1: Знает психологические и педагогические принципы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные закономерности возрастного развития. ИОПК-3.2: Умеет выбирать формы, методы и средства организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, с учетом возрастных особенностей, образовательных потребностей в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, требованиями инклюзивного образования. ИОПК-3.3: Владеет технологиями организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных	ИОПК-3.1: Знать психологические и педагогические принципы организации совместной и индивидуальной учебной и воспитательной деятельности обучающихся / воспитанников, в том числе с особыми образовательными потребностями; основные закономерности возрастного развития  ИОПК-3.2: Уметь: разрабатывать перспективные и оперативные планы и программы конкретных занятий в сфере детско-юношеского спорта и со спортсменами массовых разрядов  ИОПК-3.3: Владеть сбором обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, приемами агитационно - пропагандисткой работы по привлечению населения к занятиям спортивно-рекреационной деятельности; использует накопленные в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях	Реферат Практическое задание	Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы  Зачёт: Контрольные вопросы

	стандартов, требованиями инклюзивного образования.			
ОПК-5: Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении	<p>ИОПК-5.1: Знает планируемые результаты обучения в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, современные подходы к контролю и оценке результатов образования, технологии и методы, позволяющие проводить коррекционно-развивающую работу с обучающимися / воспитанниками.</p> <p>ИОПК-5.2: Умеет разрабатывать и применять контрольно-измерительные и контрольно-оценочные средства, интерпретировать результаты контроля и оценивания с целью выявления и коррекции трудностей в обучении.</p> <p>ИОПК-5.3: Владеет современными технологиями организации контроля и оценки формирования результатов образования обучающихся, педагогической диагностики и коррекции трудностей в обучении.</p>	<p>ИОПК-5.1: Знать: методику обучения с использованием индивидуального подхода при проведении учебно-тренировочных занятий</p> <p>ИОПК-5.2: Уметь: осуществлять планирование и методическое обеспечение процесса физического воспитания; оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений</p> <p>ИОПК-5.3: Владеть: методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся. Владеть навыком планирования программ оздоровительных тренировок, способностью реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния</p>	<p>Тест</p> <p>Опрос</p> <p>Реферат</p> <p>Практическое задание</p>	<p>Курсовая работа</p> <p>Экзамен:</p> <p>Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>
ОПК-6: Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	<p>ИОПК-6.1: Знает психолого-педагогические технологии, способствующие индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся /воспитанников с особыми образовательными потребностями, особенности их использования в профессиональной деятельности.</p> <p>ИОПК-6.2: Умеет разрабатывать и реализовывать индивидуальные программы</p>	<p>ИОПК-6.1: Знать: формы построения занятий в физическом воспитании, планирование и контроль, особенности физического воспитания различного контингента населения (дошкольники, школьники, студенты, основной период трудовой деятельности, пожилые и старший возраст), технологию разработки документов планирования по физическому воспитанию, основы спортивной тренировки, теорию</p>	<p>Тест</p> <p>Опрос</p> <p>Реферат</p> <p>Практическое задание</p>	<p>Курсовая работа</p> <p>Экзамен:</p> <p>Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

	<p>развития и индивидуально-ориентированные образовательные программы с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся; выбирать и реализовывать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания в контексте задач инклюзивного образования; оценивать их результативность.</p> <p>ИОПК-6.3: Владеет методами разработки (совместно с другими специалистами) программ индивидуального развития обучающегося; приемами анализа документации специалистов (психологов, дефектологов, логопедов и т.д.); технологиями реализации индивидуально-ориентированных образовательных программ обучающихся.</p>	<p>оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры</p> <p>ИОПК-6.2: Уметь: применять на практике основные учения в области физической культуры; разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий; реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта</p> <p>ИОПК-6.3: Владеть: актуальными для избранного вида спорта технологиями педагогического контроля и коррекции, средствами и методами управления состоянием человека; методами и средствами сбора</p>		
ОПК-7: Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	<p>ИОПК-7.1: Знает психолого-педагогические закономерности, принципы, особенности, этические и экономико-правовые нормы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.</p> <p>ИОПК-7.2: Умеет обоснованно выбирать и реализовывать формы, методы и средства взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ; предупреждать и продуктивно разрешать межличностные</p>	<p>ИОПК-7.1: Знать психолого-педагогические закономерности, принципы, особенности, этические и экономико-правовые нормы взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ</p> <p>ИОПК-7.2: Уметь: применять на практике основные учения в области физической культуры; разрабатывать учебные планы и программы конкретных занятий; реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта</p>	Практическое задание Реферат	<p>Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт: Контрольные вопросы</p>

	<p>конфликты.</p> <p><b>ИОПК-7.3:</b> Владеет техниками и приемами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ; приемами предупреждения и продуктивного разрешения межличностных конфликтов.</p>	<p><b>ИОПК-7.3:</b></p> <p>Владеть :сбором обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта, спортивно-рекреационной деятельностью; накопленными в области физической культуры и спорта духовные ценности, полученные знания об особенностях личности занимающихся для воспитания патриотизма, профилактики девиантного поведения, формирования здорового образа жизни, потребности в регулярных занятиях</p>		
<p><b>ОПК-8:</b> Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний</p>	<p><b>ИОПК-8.1:</b> Знает основы общетеоретических дисциплин, необходимых для решения педагогических и научно-методических задач.</p> <p><b>ИОПК-8.2:</b> Умеет адаптировать специальные научные знания для применения их в процессе осуществления профессиональной деятельности.</p> <p><b>ИОПК-8.3:</b> Владеет технологиями профессиональной педагогической деятельности на основе специальных научных знаний.</p>	<p><b>ИОПК-8.1:</b></p> <p>Знать методы и принципы осуществления профессиональной деятельности в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий</p> <p><b>ИОПК-8.2:</b></p> <p>Уметь: определять функциональное состояние, физическое развитие и уровень подготовленности занимающихся в различные периоды возрастного развития. Оценивать степень тренированности по данным функциональных проб, дать рекомендации по ее увеличению. Уметь составлять планы и программы оздоровительной тренировки для различного контингента лиц</p> <p><b>ИОПК-8.3:</b></p> <p>Владеть: методами оценки физических способностей и функционального состояния обучающихся.</p> <p>Владеть навыком</p>	<p>Тест</p> <p>Опрос</p> <p>Реферат</p> <p>Практическое задание</p>	<p>Курсовая работа</p> <p>Экзамен:</p> <p>Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт:</p> <p>Контрольные вопросы</p>

		планирования программ оздоровительных тренировок. Владеть способностью реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния.		
ПКО-1: Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач, реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями обучения	ИПКО-1.1: Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области, современные методические направления, отечественные и зарубежные технологии обучения и воспитания. ИПКО-1.2: Умеет осуществлять отбор учебного содержания, методов, приемов и технологий обучения, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения и воспитания. ИПКО-1.3: Владеет инструментарием профессиональной педагогической деятельности.	ИПКО-1.1: Знать структуру учебно-тренировочного и воспитательного процессов в области физической культуры и спорта, современные методические направления и отечественные и зарубежные технологии обучения и воспитания  ИПКО-1.2: Уметь осуществлять отбор методов, приемов и технологий обучения, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения и воспитания.  ИПКО-1.3: Владеть инструментарием профессиональной педагогической деятельности методами, приемами и технологиями обучения	Опрос Тест	Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы  Зачёт: Контрольные вопросы
ПКР-3: Способен обеспечивать функционирование инклюзивной образовательной среды, реализующей развивающий и воспитательный потенциал учебного предмета / образовательной области	ИПКР-3.1: Знает основные принципы организации и структуру инклюзивной образовательной среды, обеспечивающей субъектам образовательного процесса возможности для эффективного саморазвития. ИПКР-3.2: Умеет планировать	ИПКР-3.1: Знать основные принципы организации и структуру инклюзивной образовательной среды, обеспечивающей субъектам образовательного процесса возможности для эффективного саморазвития  ИПКР-3.2: Уметь планировать	Реферат Практическое задание	Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы  Зачёт: Контрольные вопросы

	<p>образовательный процесс и использовать разнообразные формы, методы и средства обучения для группы, класса и/или отдельных контингентов обучающихся с выдающимися способностями и/или особыми образовательными потребностями на основе имеющихся типовых программ и собственных разработок в рамках федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>ИПКР-3.3: Владеет навыками проектирования образовательной деятельности для успешного развития обучающихся с разными образовательными возможностями, используя развивающий и воспитательный потенциал учебного предмета / образовательной области.</p>	<p>образовательный процесс и использовать разнообразные формы, методы и средства обучения при занятиях физической культуры, для разного контингента занимающихся (для группы, класса и/или отдельных контингентов обучающихся с выдающимися способностями и/или особыми образовательными потребностями), на основе имеющихся типовых программ и собственных разработок в рамках федеральных государственных образовательных стандартов.</p> <p>ИПКР-3.3: Владеть: технологией разработки документов планирования по физическому воспитанию, навыками проектирования образовательной деятельности для обучающихся с разными образовательными возможностями.</p>		
<p>ПКР-5: Способен конструировать содержание образования и реализовывать образовательный процесс в предметной области в соответствии с требованиями ФГОС соответствующего уровня образования, с уровнем развития современной науки и с учетом возрастных особенностей обучающихся / воспитанников</p>	<p>ИПКР-5.1: Знает требования ФГОС соответствующего уровня образования к содержанию образования в предметной области, примерные образовательные программы и учебники по преподаваемому предмету, перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса.</p> <p>ИПКР-5.2: Умеет конструировать предметное содержание обучения в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся /</p>	<p>ИПКР-5.1: Знать: технологию разработки документов планирования по физическому воспитанию, основы спортивной тренировки, теорию и методику оздоровительно-рекреативной и реабилитационной физической культуры</p> <p>ИПКР-5.2: Уметь: реализовать систему отбора и спортивной ориентации в избранном виде спорта</p> <p>ИПКР-5.3: Владеть; методами оценки физических способностей и функционального состояния</p>	<p>Тест Практическое задание Опрос Реферат</p>	<p>Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы</p> <p>Зачёт: Контрольные вопросы</p>



	воспитанников; разрабатывать рабочие программы на основе примерных образовательных программ. ИПКР-5.3: Владеет навыками конструирования и реализации предметного содержания и его адаптации в соответствии с особенностями обучающихся / воспитанников.	обучающихся. Владеть навыком планирования программ оздоровительных тренировок. Владеть способностью реализовывать программы оздоровительной тренировки для различного контингента обучающихся, включающие в себя технологии управления массой тела, рационального питания и регуляции психического состояния		
ПКР-6: Способен применять современные информационно-коммуникационные технологии в образовательном процессе	ИПКР-6.1: Знает сущность информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) и их классификацию; формы и методы обучения с использованием ИКТ. ИПКР-6.2: Умеет осуществлять отбор ИКТ, электронных образовательных и информационных ресурсов, необходимых для решения образовательных задач. ИПКР-6.3: Владеет навыками применения электронных образовательных и информационных ресурсов, электронных средств сопровождения образовательного процесса.	ИПКР-6.1: Знать сущность информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) и их классификацию; формы и методы обучения с использованием ИКТ  ИПКР-6.2: Уметь применять современные информационно-коммуникационные технологии в образовательном процессе  ИПКР-6.3: Владеть навыками применения информационных ресурсов, электронных образовательных и электронных средств сопровождения образовательного процесса	Реферат Практическое задание	Курсовая работа Экзамен: Контрольные вопросы  Зачёт: Контрольные вопросы

### 3. Структура и содержание дисциплины

#### 3.1 Трудоемкость дисциплины

	<b>очно-заочная</b>
<b>Общая трудоемкость, з.е.</b>	<b>8</b>
<b>Часов по учебному плану</b>	<b>288</b>
в том числе	
<b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>	
<b>- занятия лекционного типа</b>	<b>48</b>

- занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы)	64
- КСР	5
самостоятельная работа	135
Промежуточная аттестация	36 Экзамен, Зачёт

### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего (часы)	в том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа (практические занятия/ лабора- торные работы), часы	Всего	
	о з ф о	о з ф о	о з ф о	о з ф о	о з ф о
Раздел 1. Тема 1. Основы теории и методики обучения двигательным действиям	13	2	3	5	8
Тема 2. Теоретико-практические основы развития физических качеств	18	6	4	10	8
Тема 3. Скоростные способности и основы методики их воспитания	14	2	4	6	8
Тема 4. Выносливость и основы методики ее воспитания	14	2	4	6	8
Тема 5. Гибкость и основы методики ее воспитания	14	2	4	6	8
Тема 6. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания	14	2	4	6	8
Раздел 2. Тема 1. Формы построения занятий в физическом воспитании	18	6	4	10	8
Тема 2. Планирование и контроль в физическом воспитании	14	2	4	6	8
Тема 3. Формы организации физического воспитания школьников	14	2	4	6	8
Тема 4. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию	17	6	4	10	7
Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка	14	2	4	6	8
Раздел 3. Тема 1. Профессионально-прикладная физическая подготовка	14	2	4	6	8
Тема 2. Формы построения занятий в физическом воспитании	13	2	3	5	8
Тема 3. Формы организации физического воспитания	14	2	4	6	8
Тема 4. Урок-основная форма организации занятий физическими упражнениями	16	4	4	8	8
Тема 5. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию	13	2	3	5	8
Тема 6. Планирование и контроль в физическом воспитании	13	2	3	5	8
Аттестация	36				
КСР	5				5
Итого	288	48	64	117	135

## Содержание разделов и тем дисциплины

### Раздел 1.

Тема 1. Основы теории и методики обучения двигательным действиям

Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании. Основы формирования двигательного навыка.

Тема 2. Теоретико-практические основы развития физических качеств

Понятие о физических качествах. Методика развития физических качеств.

Тема 3. Скоростные способности и основы методики их воспитания

Средства воспитания скоростных способностей. Методы воспитания скоростных способностей.

Методика воспитания скоростных способностей. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.

Тема 4. Выносливость и основы методики ее воспитания

Средства воспитания выносливости. Методы воспитания выносливости. Методика воспитания общей выносливости. Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека.

Особенности воспитания специфических типов выносливости. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.

Тема 5. Гибкость и основы методики ее воспитания

Средства воспитания гибкости. Методика развития гибкости. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости.

Тема 6. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания

Средства воспитания координационных способностей. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей. Методика совершенствования пространственной временной и силовой точности движений. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей.

### Раздел 2.

Тема 1. Формы построения занятий в физическом воспитании

Классификация форм занятий в физическом воспитании. Характеристика форм занятий: урочные, неурочные формы занятий.

Тема 2. Планирование и контроль в физическом воспитании

Планирование в физическом воспитании. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.

Тема 3. Формы организации физического воспитания школьников

Формы организации занятий физическими упражнениями в школе. Урок-основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.

Тема 4. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию

Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический план на четверть). План -конспект урока.

Тема 5. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Назначение и задачи профессионально-прикладной физической подготовки. Построение и основы методики ППФП.

### Раздел 3.

Тема 1. Профессионально-прикладная физическая подготовка

Формы занятий ППФП. Планирование ППФП. Педагогический контроль в ППФП.

Тема 2. Формы построения занятий в физическом воспитании

Классификация форм занятий в физическом воспитании. Характеристика форм занятий: урочные, неурочные формы занятий.

Тема 3. Формы организации физического воспитания

Формы организации физического воспитания в школе. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений. Формы организации физического воспитания в семье. Физическое воспитание учащихся колледжей профессионального образования и средних специальных учебных заведений.

Тема 4. Урок-основная форма организации занятий физическими упражнениями

Требования к уроку. Структура урока и характеристика его частей.

Постановка задач. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач. Организация и методические основы проведения урока физической культуры. Дозирование физических нагрузок на уроке. Общая и моторная плотность урока. Формирование навыков самостоятельности при занятиях физическими упражнениями.

Тема 5. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию

Общий план работы по физическому воспитанию. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию. Поурочный рабочий (тематический план на четверть). План -конспект урока.

Тема 6. Планирование и контроль в физическом воспитании

Планирование в физическом воспитании. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.

Практические занятия /лабораторные работы организуются, в том числе, в форме практической подготовки, которая предусматривает участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

На проведение практических занятий / лабораторных работ в форме практической подготовки отводится: очно-заочная форма обучения - 58 ч.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

Методика обучения физической культуре, <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=10360>.

Иные учебно-методические материалы:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

[https://arz.unn.ru/pdf/Metod\\_all\\_all.pdf](https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf)

#### **5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

##### **5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:**

##### **5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:**

1. Особенности физического воспитания студентов в подготовительном, специальном отделениях и в отделении спортивного совершенствования.
2. Требования к личности учителя физической культуры (преподавателя физического воспитания).
3. Формы построения занятий Физическими упражнениями и их классификация.
4. Особенности урочных форм; занятий физическими упражнениями.
5. Особенности внеурочных форм занятий физическими упражнениями.

6. Структура урока в физическом воспитании и определяющие ее факторы.
7. Сущность и правила планирования физического воспитания.
8. Логика планирования процесса физического воспитания и типы
9. Программа по физическому воспитанию.
10. План-график учебно-воспитательного процесса.
11. Рабочий (тематический) план.
12. План-конспект урока.
13. Комплексный контроль и самоконтроль в физическом воспитании.
14. Виды и методы контроля в физическом воспитании.
15. Профессионально-прикладная физическая подготовка (задачи, средства, формы, методические особенности).

#### **5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-3:**

1. Назначение и построение прикладной физической подготовки.
2. Сущность и социальные функции спорта.
3. Основы системы физического воспитания.
4. Взаимосвязь физического воспитания с другими видами воспитания
5. Направленное формирование личности в процессе физического воспитания.
6. Технология воспитательной деятельности педагога по физической культуре и спорту.
7. Иерархия принципов в системе физического воспитания.
8. Структура процесса обучения и особенности его этапов.

#### **5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-5:**

1. Методические особенности физического воспитания детей младшего, среднего и старшего школьного возраста;
2. Особенности методики обучения двигательным действиям школьников разного возраста;
3. Особенности методики воспитания физических качеств школьников разного возраста;
4. Воспитание осанки у детей школьного возраста;
5. Характеристика комплексной программы физического воспитания учащихся 1 - 11 классов общеобразовательной школы»;
6. Физическая культура в режиме дня школы;
7. Внешкольная физическая культура в системе физического воспитания учащихся школьного возраста;
8. Внеклассная работа по физическому воспитанию с учащимися школьного возраста;
9. Физическая культура детей и молодежи школьного возраста в семье;
10. Методы организации и управления деятельностью учащихся на уроке; . нагрузка и ее регулирование в школьном уроке физической культуры;

#### **5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:**

1. Планирование учебно-воспитательного процесса и характеристика основных документов планирования в школе;
2. Учет успеваемости учащихся на уроках физической культуры;
3. Научно-методические основы специализированных занятий спортом в школьном возрасте;
4. Физическое воспитание в вузе (значение, задачи, основные формы);

5. Особенности физического воспитания студентов в подготовительном, специальном отделениях и в отделении спортивного совершенствования.
6. Требования к личности учителя физической культуры (преподавателя физического воспитания).
7. Формы построения занятий Физическими упражнениями и их классификация.
8. Особенности урочных форм; занятий физическими упражнениями.
9. Особенности внеурочных форм занятий физическими упражнениями.
10. Структура урока в физическом воспитании и определяющие ее факторы.
11. Сущность и правила планирования физического воспитания.
12. Логика планирования процесса физического воспитания и типы

#### **5.1.5 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-7:**

1. Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека.
2. Методы нагрузки при развитии общей аэробной выносливости в процессе физического воспитания детей.
3. Воспитание быстроты движений.
4. Контрольные упражнения для оценки скорости, проявляемой в целостных двигательных действиях.
5. Воспитание силовой выносливости с использованием неопредельных отягощений.
6. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания.
7. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей.
8. Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений.

#### **5.1.6 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ОПК-8:**

1. Методические особенности физкультурно-спортивных занятий в системе воспитания детей раннего и дошкольного возраста.
2. Методические особенности физкультурно-спортивных занятий в системе воспитания детей и молодежи школьного возраста.
3. Методические особенности физкультурно-спортивных занятий в системе воспитания высшего и среднего специального образования.
4. Методические особенности физкультурно-спортивных занятий в системе рациональной организации труда рабочих и служащих.
5. Методические особенности физкультурно-спортивных занятий в системе организации здорового образа жизни и быта пожилых людей.
6. Назначение и построение прикладной физической подготовки.
7. Характеристика и основы методики воспитания (по выбору: силовых способностей, скоростных способностей, координационных способностей, общей выносливости, гибкости)
8. Тесты в физическом воспитании школьников.

#### **5.1.7 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКР-3:**

1. Особенности методики обучения двигательным действиям школьников разного возраста;
1. Особенности методики воспитания физических качеств школьников разного возраста;
2. Воспитание осанки у детей школьного возраста;
3. Характеристика комплексной программы физического воспитания учащихся 1 - 11 классов общеобразовательной школы»;

4. Физическая культура в режиме дня школы;
5. Внешкольная физическая культура в системе физического воспитания учащихся школьного возраста;
6. Внеклассная работа по физическому воспитанию с учащимися школьного возраста;
7. Физическая культура детей и молодежи школьного возраста в семье;
8. Методы организации и управления деятельностью учащихся на уроке; . нагрузка и ее регулирование в школьном уроке физической культуры;
9. Педагогический анализ школьного урока физической культуры и его составляющие;
10. Планирование учебно-воспитательного процесса и характеристика основных документов планирования в школе;
11. Учет успеваемости учащихся на уроках физической культуры;
12. Научно-методические основы специализированных занятий спортом в школьном возрасте;
13. Физическое воспитание в вузе (значение, задачи, основные формы);

**5.1.8 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКР-5:**

1. Программа по физическому воспитанию.
2. План-график учебно-воспитательного процесса.
3. Рабочий (тематический) план.
4. План-конспект урока.
5. Комплексный контроль и самоконтроль в физическом воспитании.
6. Виды и методы контроля в физическом воспитании.
7. Профессионально-прикладная физическая подготовка (задачи, средства, формы, методические особенности).
8. Формы занятий физическими упражнениями.
9. Планирование и контроль в физическом воспитании.
10. Физическое воспитание детей до 3 лет.
11. Физическое воспитание детей от 3 до 6 лет.
12. Формирование и контроль знаний у детей старшего школьного возраста по дисциплине «Физическая культура».
13. Особенности проведения занятий по физическому воспитанию с учащимися специальных медицинских групп.
14. Сравнительный анализ программ по физической культуре для учащихся младших, средних, старших классов (по выбору).

**5.1.9 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКР-6:**

1. Анализ затруднений в педагогической деятельности начинающих учителей физической культуры.
2. Здоровый образ жизни и физическая культура студентов.
3. Социально-педагогическое значение и задачи физического воспитания детей школьного возраста.
4. Возрастные особенности и физическое развитие, физическая подготовленность детей школьного возраста.
5. Средства физического воспитания детей школьного возраста.
6. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем.
7. Формы организации физического воспитания школьников.
8. Классификация форм занятий в физическом воспитании

9. Характеристика форм занятий физическими упражнениями
10. Физическое воспитание детей раннего и дошкольного возраста.
11. Формы организации занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста
12. Формы физического воспитания в семье
13. Урок – основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение.
14. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры
15. Физическое воспитание студенческой молодежи.
16. Физическое воспитание в основной период трудовой деятельности.
17. Контроль за здоровьем и физической подготовленностью занимающихся физическими упражнениями.
18. Физическое воспитание в пожилом и старшем возрасте.

#### Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	реферативная работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, в докладе отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов
хорошо	реферативная работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе), но при этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации
удовлетворительно	реферативная работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ
неудовлетворительно	реферативная работа не раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент не приводит информацию из учебников. При ответах на дополнительные вопросы в докладе путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ

#### 5.1.10 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-2:

1. Во второй колонке таблицы указаны различные виды силовых способностей, в третьей — их определения, которые даны в произвольном порядке. Необходимо дать (найти в третьей колонке) правильное определение каждому термину (понятию) и записать номер ответа (определения) в первую графу таблицы.

Номер ответа	Термин	Определение
--------------	--------	-------------



(определения)	(понятие)	
1	2	3
	Сила	1. Непредельные напряжения мышц, проявляемые с необходимой, часто максимальной мощностью в упражнениях, выполняемых со значительной скоростью, но не достигающей, как правило, предельной величины.
	Силовые способности	2. Способность точно дифференцировать мышечные усилия различной величины в условиях непредвиденных ситуаций и смешанных режимов работы мышц.
	Скоростно-силовые способности	3. Комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности, в основе которых лежит понятие «сила».
	Силовая выносливость	4. Способность мышц к быстрому развитию рабочего усилия в начальный момент их напряжения.
	Взрывная сила	5. Способность противостоять утомлению, вызываемому относительно продолжительными мышечными напряжениями значительной величины.
	Стартовая сила	6. Способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений)
	Ускоряющая сила	7. Способность человека по ходу выполнения двигательного действия достигать максимальных показателей силы в возможно короткое время.
	Силовая ловкость	8. Способность мышц к быстрой наращивания рабочего усилия в условиях их начавшегося сокращения.

2. Перечислите факторы, влияющие на проявление силовых способностей.

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_

3. Укажите основные задачи развития силовых способностей:

- 3)

Заполните таблицу «Формы проявления скоростных способностей».

## Формы проявления скоростных способностей

--	--

3. Заполните таблицу «Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей».

## Контрольные упражнения

--	--

**5.1.11 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-3:**

1. Формирование двигательного навыка протекает в соответствии с рядом законов. Перечислите эти законы и дайте им характеристику (заполните таблицу).

--	--

--	--

2. При формировании двигательного навыка в централь; нервной системе последовательно сменяются три фазы протекания нервных процессов (возбуждения и торможения). Дайте характеристику этим фазам (заполните таблицу).

Характеристика фаз протекания нервных процессов при формировании двигательного навыка		
Первая фаза	Вторая фаза	Третья фаза

3. По признаку решаемых задач различают следующие типы уроков физической культуры:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_

4. Заполните таблицу «Неурочные формы занятий физическими упражнениями».

Неурочные формы занятий		
«Малые» формы занятий	«Крупные» формы занятий	Соревновательные

5. Заполните таблицу «Требования к планированию в физическом воспитании».

Требования к планированию	Сущность требования


**5.1.12 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-5:**

1. Заполните таблицу «Основные формы занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста и их характеристика».

Основные формы занятий физическими упражнениями	Характеристика формы занятий физическими упражнениями

2. Заполните таблицу «Составные части урока физической культуры и их назначение (структура урока)».

Составные части урока	Назначение

3. Впишите в таблицу типы уроков физической культуры, различающихся по признаку основной направленности, и укажите их основную направленность (назначение):

Тип урока	Направленность (назначение) урока

4. Заполните таблицу «Виды планирования в физическом воспитании и их сроки».

Вид планирования	Срок планирования


### 5.1.13 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:

1. Заполните таблицу «Требования к планированию в физическом воспитании».

Требования к планированию	Сущность требования

2. Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящие в школьную программу физического воспитания детей среднего школьного возраста:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_
- 4 ) \_\_\_\_\_
- 5 ) \_\_\_\_\_
- 6 ) \_\_\_\_\_

3. Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящие в школьную программу физического воспитания детей старшего школьного возраста:

- 1 ) \_\_\_\_\_ I
- 2 ) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_ •
- 4 ) \_\_\_\_\_ .
- 5 ) \_\_\_\_\_
- 6 ) \_\_\_\_\_ .
- 7) \_\_\_\_\_

4. Заполните таблицу «Задачи физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста».

Задачи физического воспитания		
Оздоровительные задачи	Образовательные задачи	Воспитательные задачи

5. По биологическим признакам дошкольный возраст подразделяется на следующие периоды:

- 1 ) \_\_\_\_\_
- 2)
- 3)
- 4)

**5.1.14 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-7:**

1. Заполните таблицу «Основные формы занятий физическими упражнениями с детьми раннего и дошкольного возраста и их характеристика».

Основные формы занятий физическими упражнениями	Характеристика формы занятий физическими упражнениями

2. Заполните таблицу «Структура физкультурных занятий урочного типа[ (части, задачи, содержание) с детьми раннего и дошкольного возраста».

Основные части урока	Задачи, решаемые в каждой части урока	Основное содержание каждой части урока

3. Перечислите программно-нормативные документы, обеспечивающие основные направления работы по физическому воспитанию детей школьного возраста.

4. Заполните таблицу «Особенности возрастного развития детей школьного возраста».

Особенности возрастного развития детей		
Младший школьный возраст	Средний школьный возраст	Старший школьный возраст

--	--

**5.1.15 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ОПК-8:**

1. Заполните таблицу «Задачи физического воспитания детей школьного возраста».

Задачи физического воспитания

Оздоровительные задачи	Образовательные задачи	Воспитательные задачи

2. Перечислите пять групп жизненно важных двигательных умений и навыков, которые необходимо формировать у школьников в процессе физического воспитания.

1 группа: \_\_\_\_\_

2 группа: \_\_\_\_\_

3 группа: \_\_\_\_\_

4 группа: \_\_\_\_\_

5 группа: \_\_\_\_\_

3. Перечислите основные базовые виды двигательных действий, входящие в школьную программу физического воспитания:

1) \_\_\_\_\_

2) \_\_\_\_\_

3) \_\_\_\_\_

4) \_\_\_\_\_

5) \_\_\_\_\_

4. Запишите в таблицу стандартные тесты, применяемые для определения уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ (6—17 лет), и укажите назначение каждого из них.

Тесты	Назначение


**5.1.16 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПКР-3:**

1. Перечислите основные задачи физического воспитания детей младшего школьного возраста:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_
- 4 ) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

2. Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящие в школьную программу физического воспитания детей младшего школьного возраста:

- 1 ) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_

3. Перечислите основные задачи физического воспитания детей среднего школьного возраста:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2 ) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_
- 6) \_\_\_\_\_
- 7) \_\_\_\_\_

**5.1.17 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПКР-5:**

1. Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящие в школьную программу физического воспитания детей среднего школьного возраста:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_
- 4 ) \_\_\_\_\_
- 5 ) \_\_\_\_\_
- 6 ) \_\_\_\_\_

2. Перечислите основные задачи физического воспитания детей старшего школьного возраста:

- 1)
- 2)



- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)

3. Перечислите основные виды физических упражнений (по признаку вида спорта), входящие в школьную программу физического воспитания детей старшего школьного возраста:

- 1 ) \_\_\_\_\_ I
- 2 ) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_ •
- 4 ) \_\_\_\_\_ .

4. Перечислите основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе:

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3 ) \_\_\_\_\_
- 4 ) \_\_\_\_\_
- 5 ) \_\_\_\_\_
- 6 ) \_\_\_\_\_

#### 5.1.18 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПКР-6:

1. Заполните таблицу «Формы организации физического воспитания в школе, их разновидности и характеристика».

Формы организации занятий Характеристика и их разновидности	

2. Определите степень влияния возрастно-половых особенностей учащихся (по пятибалльной шкале оценок) на эффективность решения задач воспитания личности в процессе занятий физической культурой.

Возрастно-половые особенности	Оценка		
	1—4 классы	5—9 классы	10—11 классы
Психологические особенности			
Физическое развитие			

Уровень двигательной подготовленности	
--	--

Примечание: оценка «5» — очень сильно влияет; «4» — сильно влияет; «3» — влияет определенным образом; «2» — влияет несущественно; «1» — не влияет.

3. Составьте комплекс упражнений для физкультминуток и запишите в таблицу (в логической последовательности).

Комплекс упражнений для физкультминуток	
Упражнения	Дозировка (количество повторений)

4. Впишите в таблицу конкретные оздоровительные задачи с учетом возрастно-половых особенностей детей школьного возраста.

Возраст	Конкретные оздоровительные задачи
7—11 лет	
12—15 лет	
16—18 лет	

#### Критерии оценивания (оценочное средство - Практическое задание)

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выполненные контрольные задания содержательно полностью соответствуют поставленным вопросам. Приведенная информация проанализирована, переработана, рассмотрены и приведены различные точки зрения специалистов по данным вопросам, возможно, приведены практические примеры собственного опыта. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону
хорошо	выполненные контрольные задания содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация верная, но она студентом заимствована из источника без проведения анализа содержания. Оформление задания полностью соответствует требуемому шаблону
удовлетворительно	выполненные контрольные задания в целом содержательно соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с ошибками. Оформление задания в целом соответствует требуемому шаблону
неудовлетворительно	выполненные контрольные задания содержательно не соответствуют поставленным вопросам. Приведенная в них информация представлена с

Оценка	Критерии оценивания
	ошибками. Оформление задания не соответствует требуемому шаблону

### **5.1.19 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-5:**

1. Физические качества — это:

- 1) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
- 2) врожденные (унаследованные генетически) морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая (материально выраженная) активность человека, получающая свое полное проявление в целесообразной двигательной деятельности;
- 3) комплекс различных проявлений человека в определенной двигательной деятельности;
- 4) комплекс способностей занимающихся физической культурой и спортом, выраженных в конкретных результатах.

2. Двигательные (физические) способности — это:

- 1) умения быстро и легко осваивать различные по сложности двигательные действия;
- 2) физические качества, присущие человеку;
- 3) индивидуальные особенности, определяющие уровень двигательных возможностей человека;
- 4) индивидуальные особенности, обеспечивающие целесообразную двигательную деятельность.

3. Основу двигательных способностей человека составляют:

- 1) психодинамические задатки;
- 2) физические качества;
- 3) двигательные умения;
- 4) двигательные навыки.

4. Уровень развития двигательных способностей человека определяется:

- 1) тестами (контрольными упражнениями);
- 2) индивидуальными спортивными результатами;
- 3) разрядными нормативами единой спортивной классификации;
- 4) индивидуальной реакцией организма на внешнюю (стандартную) нагрузку.

### **5.1.20 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:**

1. Наиболее значительные темпы возрастания относительной силы различных мышечных групп наблюдаются в:

- 1) дошкольном возрасте, особенно у детей 5—6 лет;
- 2) младшем школьном возрасте, особенно у детей от 9 до 11 лет;
- 3) в среднем школьном возрасте (12—15 лет);
- 4) в старшем школьном возрасте (16—18 лет).

2. При использовании силовых упражнений величину отягощений дозируют количеством возможных повторений в одном подходе, что обозначается термином:

- 1) повторный максимум (ПМ);

- 2) силовой индекс (СИ);
  - 3) силовой показатель (ВСП);
  - 4) объем силовой нагрузки.
3. Укажите, какому весу отягощения соответствует максимальное количество повторений упражнений силовой направленности в одном подходе от 4 до 7:
- 1) предельному;
  - 2) околопредельному;
  - 3) большому;
4. Возможности человека, обеспечивающие ему выполнение двигательных действий в минимальный для данных условий промежуток времени, называются:
- 1) двигательной реакцией;
  - 2) скоростными способностями;
  - 3) скоростно-силовыми способностями;
  - 4) частотой движений.

#### **5.1.21 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ОПК-8:**

1. Способность как можно дольше удерживать достигнутую максимальную скорость называется:
- 1) скоростным индексом;
  - 2) абсолютным запасом скорости;
  - 3) коэффициентом проявления скоростных способностей;
  - 4) скоростной выносливостью.
2. Какая форма проявления скоростных способностей определяется по так называемому латентному (скрытому) периоду реакции?
- 1) скорость одиночного движения;
  - 2) частота движений;
  - 3) быстрота двигательной реакции;
  - 4) ускорение.
3. Число движений в единицу времени характеризует:
- 1) темп движений;
  - 2) ритм движений;
  - 3) скоростную выносливость;
  - 4) сложную двигательную реакцию.
4. Наиболее благоприятным периодом для развития скоростных способностей считается возраст:
- 1) от 7 до 11 лет;
  - 2) от 14 до 16 лет;
  - 3) 17-18 лет;
  - 4) от 19 до 21 года.

#### **5.1.22 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПКО-1:**

1. Выберите из перечисленных ниже основную причину возникновения так называемого скоростного барьера при воспитании быстроты движений у занимающихся:
- 1) возраст занимающегося;

- 2) образование достаточно устойчивых условно-рефлекторных связей между техникой упражнения и проявляющимися при этом усилиями;
- 3) небольшой объем скоростных упражнений в рамках отдельного занятия;
- 4) большой интервал отдыха между повторным выполнением упражнений скоростной направленности.

2. Способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности называется:

- 1) функциональной устойчивостью;
- 2) биохимической экономизацией;
- 3) тренированностью;
- 4) выносливостью.

3. Способность длительно выполнять работу умеренной интенсивности при глобальном функционировании мышечной системы называется:

- 1) физической работоспособностью;
- 2) физической подготовленностью;
- 3) общей выносливостью;
- 4) тренированностью.

4. Выносливость по отношению к определенной двигательной деятельности называется:

- 1) аэробной выносливостью;
- 2) анаэробной выносливостью;
- 3) анаэробно-аэробной выносливостью;
- 4) специальной выносливостью.

#### **5.1.23 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПКР-5:**

1. В период обучения в общеобразовательной школе двигательная активность учащихся при переходе из класса в класс:

- 1) незначительно увеличивается;
- 2) значительно увеличивается;
- 3) остается без изменения;
- 4) все более уменьшается.

2. Укажите среди нижеперечисленных основную форму занятий физическими упражнениями в начальной школе (младшие классы):

- 1) физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
- 2) урок физической культуры;
- 3) ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня (спортивный час);
- 4) секции общей физической подготовки и секции по видам спорта.

3. В младшем школьном возрасте упражнения на скорость следует выполнять:

- 1) 3-4 с;
- 2) 6-8 с;
- 3) 15 с;
- 4) 20-25 с.

4. В младшем школьном возрасте из методов упражнения преимущество отдается:

- 1) расчлененному методу;
- 2) целостному методу;
- 3) сопряженному методу;

4) методам стандартного упражнения.

5. Группа, которая формируется из учащихся без отклонений и состоянии здоровья, имеющих достаточную физическую подготовленность, называется:

- 1) физкультурной группой;
- 2) основной медицинской группой;
- 3) спортивной группой;
- 4) здоровой медицинской группой.

**Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	80 – 100 % правильных ответов
хорошо	60 – 79 % правильных ответов
удовлетворительно	40 – 59% правильных ответов
неудовлетворительно	менее 40 % правильных ответов

**5.1.24 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ОПК-5:**

1. Назовите основные отличительные признаки двигательного навыка.
2. Определите методы обучения, используемые на этапе начального разучивания техники сложного двигательного действия, охарактеризуйте этот этап.
3. Укажите наиболее распространенные правила исправления ошибок при обучении занимающихся двигательным действиям.
4. Перечислите основные группы средств для развития скоростных способностей.
5. Укажите методические подходы и приемы для предупреждения возникновения скоростного барьера при воспитании быстроты движений у занимающихся, также приведите конкретные примеры (упражнения).
6. Перечислите факторы, от которых зависит проявление выносливости, кратко раскройте их.
7. Перечислите основные задачи развития гибкости.
8. Перечислите факторы, от которых зависит проявление двигательно-координационных способностей.

**5.1.25 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ОПК-6:**

1. Перечислите основные задачи физического воспитания детей школьного возраста.
2. Перечислите 5 групп жизненно-важных двигательных умений и навыков, которые необходимо формировать у школьников в процессе физического воспитания.
3. Перечислите формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
4. Перечислите, какую учебно-методическую документацию разрабатывает учитель физической культуры.

5. Перечислите программно-нормативные документы, обеспечивающие основные направления работы по физическому воспитанию детей школьного возраста.
6. Приведите качества учителя физической культуры, объясните.
7. Укажите правильную последовательность разработки основных документов планирования по физическому воспитанию в общеобразовательной школе.
8. Перечислите основные задачи профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП)

#### **5.1.26 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ОПК-8:**

1. Перечислите факторы, влияющие на динамику работоспособности в течение рабочей смены на производстве.
2. Перечислите основные задачи физического воспитания взрослого населения, занятого трудовой деятельностью.
3. Перечислите основные методические правила, которых необходимо придерживаться при проведении физкультурных занятий с лицами пожилого и старшего возраста.
4. Определите обязательные тесты, контрольные упражнения, определяющие физическую подготовленность студентов вузе.
5. Перечислите массовые спортивные и туристические мероприятия в системе среднего профессионального образования.
6. Перечислите формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.

#### **5.1.27 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПКО-1:**

1. Укажите всю последовательность планирования в физическом воспитании.
2. Определите виды педагогического контроля в физическом воспитании и дайте им краткую характеристику.
3. Перечислите программно-нормативные документы, обеспечивающие основные направления работы по физическому воспитанию детей школьного возраста.
4. Перечислите основные формы физического воспитания детей школьного возраста.
5. Перечислите обязательные тесты, контрольные упражнения, определяющие физическую подготовленность студентов в ВУЗе.

#### **5.1.28 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПКР-5:**

Тема «Методы использования слова и средств наглядного воздействия»

Проблемная задача. При обучении учащихся различным двигательным действиям учитель физической культуры, в силу различных обстоятельств, не всегда имеет возможность продемонстрировать на собственном примере выполнение этих действий или отдельные его элементы. В данном случае возникает проблемная ситуация между требованиями методики по созданию нагляднее представления об изучаемом действии и невозможностью преподавательского показа. Мы знаем, что существует группа методов опосредованного создания наглядности.

*Задание.* Определите эти группы, а также конкретный методов, позволяющих решить данную проблемную ситуацию наибольшей эффективностью.

Тема «Сущность принципов методики физического воспитания» Проблемная ситуация. Методика лишь тогда ведет кратчайшим путем к цели, когда основывается на верных принципах. Есть ряд принципов, которые выражают главным образом методически

закономерности педагогического процесса и в силу этого являются обязательными при решении образовательных задач. Это принципы сознательности и активности, наглядности, доступности индивидуализации.

**Задание.** Попробуйте определить, какие последствия или сбои можно наблюдать при осуществлении педагогического процесса в случае пренебрежения каким-либо принципом. Раскройте устно логику поиска и ответа на данный вопрос с использованием примеров из реального профессионально-педагогического процесса.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации.
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации.
неудовлетворительно	выставляется студенту, в ответе которого обнаружились существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.

## **5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации**

### **Шкала оценивания сформированности компетенций**

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок



			Допущено несколько негрубых ошибок	
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными несущественными недочетами, выполнены все задания в полном объеме
<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов

### Шкала оценивания при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».

### 5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:

#### 5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-2

1. Построение и основы методики ППФП.
2. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию. Общий план работы по физическому воспитанию.
3. Формирование двигательного навыка в соответствии с законами.
4. Средства и методы воспитания гибкости.
5. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей.

#### 5.3.2 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-3

1. Характеристика форм занятий физическими упражнениями: урочная форма занятий, неурочная форма занятий.
2. Структура урока и характеристика его частей.

3. Методики воспитания силовых способностей.

4. Средства воспитания выносливости.

### **5.3.3 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-5**

1. Педагогический контроль в ППФП.

2. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании. Методы контроля.

3. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.  
Поурочный рабочий (тематический) план на четверть.

4. Понятие физических качеств.

5. Средства воспитания скоростных способностей.

6. Гибкость и основы методики их воспитания.

7. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости.

8. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей.

### **5.3.4 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-6**

1. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач.

2. Методика воспитания общей выносливости.

3. Особенности воспитания специфических типов выносливости.

4. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания.

### **5.3.5 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

1. Средства профессионально-прикладной физической подготовки.

2. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании.

3. Формы физического воспитания в семье.

4. Постановка задач к уроку по физическому воспитанию.

5. Общая и моторная плотность урока.

6. Годовой план-график учебного процесса по физическому воспитанию.

### **5.3.6 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-8**

1. Форма построения занятий в физическом воспитании, классификация форм занятий в физическом воспитании.
2. Планирование и контроль в физическом воспитании: требования к планированию, методическая последовательность в планировании.
3. Методы воспитания силы.
4. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей.

#### **5.3.7 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКО-1**

1. Структура процесса обучения и особенности его этапов.
2. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
3. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
4. Методы воспитания выносливости.
5. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.
6. Методика развития гибкости.
7. Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений.

#### **5.3.8 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-3**

1. Профессионально-прикладная физическая подготовка. Назначение и задачи.
2. Формы организации физического воспитания в школе.
3. Организация и методические основы проведения урока физической культуры.
4. Основы формирования двигательных навыков.
5. Методы воспитания скоростных способностей.
6. Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека.
7. Планирование профессионально-прикладной физической подготовки.

#### **5.3.9 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-5**

1. Урок- основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение, требования к уроку.
2. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
3. Средства воспитания силы.
4. Выносливость и основы методики её воспитания.
5. Средства воспитания координационных способностей.

#### **5.3.10 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-6**

1. Формы занятий по профессионально-прикладной физической подготовки.
2. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
3. Дозирование физических нагрузок на уроке.
4. План-конспект урока.
5. Сила и основы методики её воспитания.
6. Методы воспитания скоростных способностей.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок
хорошо	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации
удовлетворительно	выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении анализа информации
неудовлетворительно	выставляется студенту, в ответе которого обнаружились существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.

#### **5.3.11 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-2**

1. Формирование двигательного навыка в соответствии с законами.
2. Скоростные способности и основы методики их воспитания.
3. Методика совершенствования пространственной, временной и силовой точности движений.
4. Характеристика форм занятий физическими упражнениями: урочная форма занятий, неурочная форма занятий.

### **5.3.12 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-3**

1. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития силовых способностей.
2. Средства воспитания выносливости.
3. Средства и методы воспитания гибкости
4. Формы физического воспитания в семье.
5. Профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.

### **5.3.13 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-5**

1. Понятие физических качеств.
2. Методы воспитания выносливости.
3. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития гибкости.
4. Характеристика основных документов планирования в физическом воспитании.
5. Постановка задач к уроку по физическому воспитанию.
6. Построение и основы методики ППФП (средства, формы, планирование, педагогический контроль в ППФП).
- 7.

### **5.3.14 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-6**

Методы воспитания силы.

Методика воспитания общей выносливости.

Структура процесса обучения и особенности его этапов.

### **5.3.15 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-7**

1. Средства воспитания скоростных способностей.
2. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития выносливости.
3. Методические подходы и методы воспитания координационных способностей
4. Планирование и контроль в физическом воспитании: требования к планированию, методическая последовательность в планировании.
5. Структура урока и характеристика его частей.
6. Дозирование физических нагрузок на уроке.
7. Технология разработки документов планирования по физическому воспитанию.
8. Общий план работы по физическому воспитанию.
9. Профессионально-прикладная физическая подготовка: назначение и задачи ППФП.

### **5.3.16 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ОПК-8**

1. Двигательные умения и навыки как предмет обучения в физическом воспитании.
2. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития скоростных способностей.
3. Гибкость и основы методики их воспитания.
4. Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений

5. Урок- основная форма организации занятий физическими упражнениями и его построение, требования к уроку.

#### **5.3.17 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКО-1**

1. Методики воспитания силовых способностей.
2. Контрольные упражнения (тесты) для определения уровня развития координационных способностей.
3. Методика развития гибкости

#### **5.3.18 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-3**

1. Сила и основы методики её воспитания.
2. Методы воспитания скоростных способностей.
3. Двигательно-координационные способности и основы их воспитания.
4. Форма построения занятий в физическом воспитании, классификация форм занятий в физическом воспитании.
5. Классификация уроков в зависимости от решаемых задач.
6. Поурочный рабочий (тематический) план на четверть.

#### **5.3.19 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-5**

1. Основы формирования двигательных навыков.
2. Методы воспитания скоростных способностей.
3. Особенности воспитания специфических типов выносливости.
4. Формы организации физического воспитания в школе.
5. Общая и моторная плотность урока.

#### **5.3.20 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКР-6**

1. Средства воспитания силы.
2. Выносливость и основы методики её воспитания.
3. Воспитание выносливости путем воздействия на анаэробные возможности человека.
4. Средства воспитания координационных способностей.
5. Педагогический контроль и учет в физическом воспитании.
6. Методы контроля.
7. Организация и методические основы проведения урока физической культуры.
8. План-конспект урока.

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

Оценка	Критерии оценивания
зачтено	выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно

Оценка	Критерии оценивания
	применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при анализе информации
не зачтено	выставляется студенту, в ответе которого обнаружались существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.

Примерный перечень тем оценочного средства – Курсовая работа:

1. Методика совершенствования общей и специальной силовой выносливости военнослужащих срочной службы в структуре обязательной физической подготовки
2. Методика развития скоростных способностей девочек 8-10 лет легкоатлетов спринтеров
3. Развитие гибкости у детей школьного возраста 11-12 лет
4. Развитие выносливости у футболистов 15-16 лет
5. Методика развития выносливости студентов посредством занятий баскетболом
6. Технология обучения техническим элементом игры «Футбол» детей 8-10 лет, на тренировочных занятиях
7. Особенности методики развития скоростно-силовых качеств волейболистов на уроках физической культуры и секции
8. Средства и методы развития, координационных способностей детей младшего школьного возраста
9. Физическое воспитание детей от 3 до 6 лет

#### **Критерии оценивания (оценочное средство - Курсовая работа)**

Оценка	Критерии оценивания
отлично	в работе полностью раскрыты все вопросы теоретической и практической части; материал изложен четко, логично, грамотно; соблюдены все требования, предъявляемые к оформлению; студент при публичной защите обнаружил свободное владение научной проблемой, освещенной в работе
хорошо	в работе неполно освещен какой-либо вопрос теоретической и практической части; имеются недочеты в оформлении; студент при публичной защите обнаружил достаточное владение научной проблемой, освещенной в работе.
удовлетворительно	в работе не отражены результаты самостоятельной исследовательской работы; отсутствует четкость и грамотность в изложении материала; не учтены требования, предъявляемые к структуре работы; имеются серьезные ошибки по предмету и в оформлении; студент при публичной защите обнаружил слабое владение научной проблемой, освещенной в работе
неудовлетворительно	в работе допущены серьезные ошибки в теоретической или практической части работы; отсутствует самостоятельная работа; отсутствует четкость в изложении материала; не учтены требования, предъявляемые к структуре

Оценка	Критерии оценивания
	работы; содержание работы не соответствует структуре; имеются серьезные ошибки в оформлении; студент при публичной защите обнаружил крайне слабое владение научной проблемой, освещенной в работе

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

### Основная литература:

1. Германов Г. Н. Двигательные способности и физические качества. Разделы теории физической культуры / Германов Г. Н. - 2-е изд. ; пер. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 224 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492669> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-04492-8 : 739.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=784796&idb=0>.
2. Литвинов С. А. Методика обучения физической культуре. Календарно-тематическое планирование / Литвинов С. А. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 413 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494558> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-11125-5 : 1259.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785284&idb=0>.
3. Якубенко Я. Э. Методика дистанционного обучения физической культуре : учебное пособие / Я. Э. Якубенко, Е. В. Конеева ; под общей редакцией Е. В. Конеевой. - Москва : Юрайт, 2023. - 103 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-14926-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=842544&idb=0>.

### Дополнительная литература:

1. Алхасов Д. С. Теория и история физической культуры / Алхасов Д. С. - Москва : Юрайт, 2022. - 191 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492988> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-04714-1 : 659.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=788341&idb=0>.
2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) / Паршикова Н.В., Бабкин В.В., Виноградов П.А., Уваров В.А., Мутко В.Л. - Москва : Спорт, 2016., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=646249&idb=0>.
3. Глинчикова Л. А. Практикум по менеджменту физической культуры и спорта / Глинчикова Л. А., Федулина И. Р. - Уфа : БГПУ имени М. Акмуллы, 2017. - 89 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции БГПУ имени М. Акмуллы - Физкультура и Спорт., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=717531&idb=0>.
4. Никитушкин Виктор Григорьевич. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / Никитушкин В. Г., Чесноков Н. Н., Чернышева Е. Н. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2017. - 274 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-04401-0 : 539.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=588488&idb=0>.
5. Никитушкин В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта : учебное пособие / В. Г. Никитушкин. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. -



- 232 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492454> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-07632-5 : 969.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=817874&idb=0>.
6. Письменский И. А. Физическая культура / Письменский И. А., Аллянов Ю. Н. - Москва : Юрайт, 2022. - 450 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489224> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-14056-9 : 1359.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=785913&idb=0>.
7. Психология физической культуры и спорта / под ред. Ловягиной А.Е. - Москва : Юрайт, 2022. - 531 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/489183> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-01035-0 : 1579.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786917&idb=0>.
8. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой : учебное пособие / В. Б. Рубанович. - 3-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 253 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491421> (дата обращения: 14.08.2022). - ISBN 978-5-534-07030-9 : 1039.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=818683&idb=0>.
9. Стриханов М. Н. Физическая культура и спорт в вузах / Стриханов М. Н., Савинков В. И. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 160 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/493629> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-10524-7 : 459.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=788092&idb=0>.
10. Филиппов С. С. Менеджмент физической культуры и спорта / Филиппов С. С. - 4-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 234 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/492462> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-12771-3 : 769.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=786935&idb=0>.
11. Ямалетдинова Г. А. Педагогика физической культуры и спорта / Ямалетдинова Г. А. ; под науч. ред. Ермаков И.В. - Москва : Юрайт, 2022. - 244 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/493684> (дата обращения: 05.01.2022). - ISBN 978-5-534-05600-6 : 639.00. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт", <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=788032&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система. Адрес доступа: [http://elibrary.ru/project\\_risc.asp](http://elibrary.ru/project_risc.asp)

ГАРАНТ. Информационно-правовой портал [Электронный ресурс].– Адрес доступа:

<http://www.garant.ru>

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение «КонсультантПлюс»;

программное обеспечение Paint.NET;

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru>

Электронная библиотечная система "Znanium" <http://znanium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: [www.lib.unn.ru/](http://www.lib.unn.ru/)

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: [lib.arz.unn.ru](http://lib.arz.unn.ru)

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского»  
<https://mooc.unn.ru/>

Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации»  
<https://online.edu.ru/public/promo>

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

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 44.03.01 - Педагогическое образование.

Автор(ы): Сидорова Татьяна Владиславовна, кандидат педагогических наук, доцент.

Рецензент(ы): Полякова Татьяна Александровна, кандидат педагогических наук.

Заведующий кафедрой: Сидорова Татьяна Владиславовна, кандидат педагогических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 27.11.2024 г., протокол № №9.