

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Вятский государственный университет»
(ВятГУ)
г. Киров

Утверждаю
Директор/Декан Ковязина Г. В.



Номер регистрации
РПД_3-44.03.01.63_2020_115068
Актуализировано: 13.03.2021

Рабочая программа дисциплины
Физическая подготовка допризывной молодежи

наименование дисциплины	
Квалификация выпускника	Бакалавр
Направление подготовки	44.03.01 шифр
	Педагогическое образование наименование
Направленность (профиль)	3-44.03.01.63 шифр
	Физическая культура и спорт наименование
Формы обучения	Заочная, Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование

Киров, 2020 г.

Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Капустин Александр Григорьевич

ФИО

Гырдымов Павел Валерьевич

ФИО

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Цель учебной дисциплины – изучение студентами теории и методики организации физической подготовки допризывной молодежи в образовательном учреждении, практическое овладение педагогическими навыками в организации и руководстве спортивно-массовой работой в данном направлении, а также приобретение необходимых знаний, умений и навыков для самостоятельной педагогической деятельности.
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство с руководящими и нормативными документами; - изучение методики допризывной физической подготовки; - формирование профессиональных умений и навыков ведения самостоятельной педагогической работы с юношами допризывного возраста; - изучение передового опыта работы; - воспитание личностных и профессиональных качеств будущих педагогов; - развитие педагогических и творческих способностей студентов; - овладения навыками разработки и реализации программ физической подготовки допризывной молодежи.

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенция ПК-1

Способен осуществлять реализацию программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы		
Знает	Умеет	Владеет
Содержание Федерального государственного образовательного стандарта общего образования соответствующего уровня (далее – ФГОС); содержание учебных программ по физической подготовке допризывной молодежи	Навыки анализа содержания учебных программ по физической подготовке допризывной молодежи; методами и приемами организации образовательного процесса в школе в соответствии с требованиями ФГОС	Реализовывать основную общеобразовательную программу по физической подготовке допризывной молодежи в соответствии с требованиями ФГОС; обеспечивать достижение результатов освоения основной общеобразовательной программы

Компетенция ПК-4

Способен использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета		
Знает	Умеет	Владеет
Требования ФГОС к личностным,	Использовать возможности образовательной среды для	навыками использования возможностей

<p>метапредметным и предметным результатам освоения основной образовательной программы; требования к условиям реализации основной образовательной программы</p>	<p>достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения по физической подготовке допризывной молодежи; Использовать возможности образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса при физической подготовке допризывной молодежи</p>	<p>образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения по физической подготовке допризывной молодежи; навыками использования возможностей образовательной среды для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса при физической подготовке допризывной молодежи</p>
---	--	---

Структура дисциплины
Тематический план

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Концептуальные нормативно-правовые основы физической подготовки допризывной молодежи	ПК-1, ПК-4
2	Физическая подготовка допризывной молодежи на урочных и внеурочных формах занятий.	ПК-1, ПК-4
3	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-1, ПК-4

Формы промежуточной аттестации

Зачет	6 семестр (Очная форма обучения) 10 семестр (Заочная форма обучения)
Экзамен	Не предусмотрен (Очная форма обучения) Не предусмотрен (Заочная форма обучения)
Курсовая работа	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная форма обучения) Не предусмотрена (Заочная форма обучения)

Трудоемкость дисциплины

Форма обучения	Курсы	Семестры	Общий объем (трудоемкость)		Контактная работа, час	в том числе аудиторная контактная работа обучающихся с преподавателем, час				Самостоятельная работа, час	Курсовая работа (проект), семестр	Зачет, семестр	Экзамен, семестр
			Часов	ЗЕТ		Всего	Лекции	Семинарские, практические занятия	Лабораторные занятия				
Очная форма обучения	3	6	144	4	105	76	16	60	0	39		6	
Заочная форма обучения	5	10, 9	144	4	20.5	20	4	16	0	123.5		10	

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 « Концептуальные нормативно-правовые основы физической подготовки допризывной молодежи»		32.50
Лекции		
Л1.1	Нормативно-правовые основы физической подготовки допризывной молодежи.	2.00
Л1.2	Цель, задачи, принципы допризывной физической науки	2.00
Л1.3	Организация физической подготовки допризывной молодежи Планирование физической подготовки допризывной молодежи. Подготовка и переподготовка руководителей. Исходный, срочный, текущий и итоговый контроль. Учет и документы учета в физической подготовке допризывной молодежи.	2.00
Семинары, практические занятия		
П1.1	Цель, задачи, принципы допризывной физической подготовки	2.00
П1.2	Организация физической подготовки допризывной молодежи	2.00
П1.3	Разработка документов планирования физической подготовки допризывников	2.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Изучение нормативно-правовых документов по организации физической подготовки допризывников.	8.50
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа.	12.00
Раздел 2 «Физическая подготовка допризывной молодежи на урочных и внеурочных формах занятий.»		107.50
Лекции		
Л2.1	Особенности физической подготовки на уроках физической культуры.	2.00
Л2.2	Методы организации учебно-тренировочной деятельности на уроке.	2.00
Л2.3	Особенности развития физических качеств на уроках физической культуры и ОБЖ	2.00
Л2.4	Задачи и особенности внеурочных занятий по физической подготовке допризывной молодежи.	2.00
Л2.5	Основные формы внеклассных занятий по физической подготовке допризывной молодежи.	2.00
Семинары, практические занятия		
П2.1	Методы развития физических качеств допризывников.	2.00
П2.2	Разработка карт-комплексов по развитию физических	2.00

	качеств допризывников	
П2.3	Организация и работа секций ОФП для юношей-старшеклассников	2.00
П2.4	Организация дней физической самоподготовки юношей.	2.00
П2.5	Планирование, организация и проведение военно-спортивных праздников, конкурсов.	2.00
П2.6	Организация и проведение военно-спортивных сборов юношей 9-10 классов.	2.00
П2.7	Взаимодействие с родительским комитетом, педагогическим коллективом, органами местного государственного управления по организации физической подготовки допризывников.	2.00
П2.8	Разработка конспектов и проведение уроков для юношей 10-11 классов.	20.00
П2.9	Разработка и проведение внеурочных занятий по физической подготовке допризывников.	20.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Разработка документов планирования допризывной физической подготовки.	27.00
С2.2	Методы развития физических качеств допризывников.	
С2.3	Организация и планирование внеурочной работы с допризывниками.	
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	16.50
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
З3.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		144.00

Заочная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 « Концептуальные нормативно-правовые основы физической подготовки допризывной молодежи»		28.00
Лекции		
Л1.1	Нормативно-правовые основы физической подготовки допризывной молодежи.	2.00
Л1.2	Цель, задачи, принципы допризывной физической науки	
Л1.3	Организация физической подготовки допризывной молодежи Планирование физической подготовки допризывной молодежи. Подготовка и переподготовка руководителей. Исходный, срочный, текущий и итоговый контроль. Учет и документы учета в	2.00

	физической подготовке допризывной молодежи.	
Семинары, практические занятия		
П1.1	Цель, задачи, принципы допризывной физической подготовки	2.00
П1.2	Организация физической подготовки допризывной молодежи	
П1.3	Разработка документов планирования физической подготовки допризывников	2.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Изучение нормативно-правовых документов по организации физической подготовки допризывников.	20.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа.	
Раздел 2 «Физическая подготовка допризывной молодежи на урочных и внеурочных формах занятий.»		112.00
Лекции		
Л2.1	Особенности физической подготовки на уроках физической культуры.	
Л2.2	Методы организации учебно-тренировочной деятельности на уроке.	
Л2.3	Особенности развития физических качеств на уроках физической культуры и ОБЖ	
Л2.4	Задачи и особенности внеурочных занятий по физической подготовке допризывной молодежи.	
Л2.5	Основные формы внеклассных занятий по физической подготовке допризывной молодежи.	
Семинары, практические занятия		
П2.1	Методы развития физических качеств допризывников.	
П2.2	Разработка карт-комплексов по развитию физических качеств допризывников	2.00
П2.3	Организация и работа секций ОФП для юношей-старшеклассников	
П2.4	Организация дней физической самоподготовки юношей.	
П2.5	Планирование, организация и проведение военно-спортивных праздников, конкурсов.	2.00
П2.6	Организация и проведение военно-спортивных сборов юношей 9-10 классов.	
П2.7	Взаимодействие с родительским комитетом, педагогическим коллективом, органами местного государственного управления по организации физической подготовки допризывников.	
П2.8	Разработка конспектов и проведение уроков для юношей 10-11 классов.	4.00
П2.9	Разработка и проведение внеурочных занятий по физической подготовке допризывников.	4.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Разработка документов планирования допризывной	36.00

	физической подготовки.	
C2.2	Методы развития физических качеств допризывников.	24.00
C2.3	Организация и планирование внеурочной работы с допризывниками.	40.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	
Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		4.00
33.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
КВР3.1	Сдача зачета	0.50
ИТОГО		144.00

Содержание дисциплины данной рабочей программы используется при обучении по индивидуальному учебному плану, при ускоренном обучении, при применении дистанционных образовательных технологий и электронном обучении (при наличии).

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное освоение дисциплины предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы. Обучающийся обязан посещать лекции, семинарские, практические и лабораторные занятия (при их наличии), получать консультации преподавателя и выполнять самостоятельную работу.

Изучение дисциплины следует начинать с проработки настоящей рабочей программы, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделить целям, задачам, структуре и содержанию дисциплины.

Главной задачей каждой лекции является раскрытие сущности темы и анализ ее основных положений. Тематика лекций определяется настоящей рабочей программой дисциплины.

Лекции – это систематическое устное изложение учебного материала. На них обучающийся получает основной объем информации по каждой конкретной теме. Лекции обычно носят проблемный характер и нацелены на освещение наиболее трудных и дискуссионных вопросов.

Предполагается, что обучающиеся приходят на лекции, предварительно проработав соответствующий учебный материал по источникам, рекомендованным программой. Часто обучающимся трудно разобраться с дискуссионными вопросами, дать однозначный ответ. Преподаватель, сравнивая различные точки зрения, излагает свой взгляд и нацеливает их на дальнейшие исследования и поиск научных решений. После лекции желательно вечером перечитать и закрепить полученную информацию, тогда эффективность ее усвоения значительно возрастает. При работе с конспектом лекции необходимо отметить материал, который вызывает затруднения для понимания, попытаться найти ответы на затруднительные вопросы, используя предлагаемую литературу. Если самостоятельно не удалось разобраться в материале, сформулируйте вопросы и обратитесь за помощью к преподавателю.

Целью семинарских занятий является проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе.

Целью практических и лабораторных занятий является формирование у обучающихся умений и навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса.

Семинарские, практические и лабораторные занятия в равной мере направлены на совершенствование индивидуальных навыков решения теоретических и прикладных задач, выработку навыков интеллектуальной работы, а также ведения дискуссий. Для успешного участия в семинарских, практических и лабораторных занятиях обучающемуся следует тщательно подготовиться.

Основной формой подготовки обучающихся к практическим (лабораторным) занятиям является самостоятельная работа с учебно-методическими материалами, научной литературой, статистическими данными и т.п.

Изучив конкретную тему, обучающийся может определить, насколько хорошо он в ней разобрался. Если какие-то моменты остались непонятными, целесообразно составить список вопросов и на занятии задать их преподавателю. Практические (лабораторные) занятия предоставляют обучающемуся возможность творчески раскрыться, проявить инициативу и развить навыки публичного ведения дискуссий и общения.

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя выполнение различного рода заданий (изучение учебной и научной литературы, материалов лекций, систематизацию прочитанного материала, подготовку контрольной работы, решение

задач, подготовка докладов, написание рефератов, публикация тезисов, научных статей, подготовка и защита курсовой работы / проекта и другие), которые ориентированы на глубокое усвоение материала изучаемой дисциплины.

Обучающимся рекомендуется систематически отводить время для повторения пройденного материала, проверяя свои знания, умения и навыки.

Внутренняя система оценки качества освоения дисциплины включает входной контроль уровня подготовленности обучающихся, текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию, направленную на оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (в том числе результатов курсового проектирования (выполнения курсовых работ) при наличии).

При проведении промежуточной аттестации обучающегося учитываются результаты текущего контроля, проводимого в течение освоения дисциплины.

Процедура оценивания результатов освоения дисциплины осуществляется на основе действующих локальных нормативных актов ФГБОУ ВО «Вятский государственный университет», с которыми обучающиеся знакомятся на официальном сайте университета www.vyatsu.ru.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающегося по дисциплине

Учебная литература (основная)

1) Холодов, Жорж Константинович. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта : учеб. пособие для вузов / Ж. К. Холодов. - М. : Академия, 2003. - 144 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 141 . - ISBN 5-7695-0690-3 : 73.59 р. - Текст : непосредственный.

Учебная литература (дополнительная)

2) Теория и методика физической культуры : учеб. для студ. вузов, осуществляющих образоват. деятельность по направлению 521900 Физ. культура и спец. 022300 Физ. культура и спорт / под ред. Ю. Ф. Курамшина. - [3-е изд., стер.]. - М. : Сов. спорт, 2007. - 464 с. - ISBN 978-5-9718-0192-4 : 349.08 р. - Текст : непосредственный.

1) Теория и методика обучения базовым видам спорта. Гимнастика : учеб. для образоват. учреждений высш. проф. образования, осуществляющих образоват. деятельность по направлению "Физ. культура" / под ред. Е. С. Крючек, Р. Н. Терехиной. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2013. - 288 с. - (Высшее профессиональное образование. Физическая культура спорт) (Бакалавриат). - Библиогр.: с. 280. - ISBN 978-5-4468-0161-9 : 661.10 р. - Текст : непосредственный.

3) Теоретико-методологическое обоснование опережающей физической подготовки будущих бакалавров физической культуры : монография / В.Н. Курьсь. - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 189 с. - ISBN 978-5-9296-0889-6 : Б. ц. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=467010/> (дата обращения: 24.03.2020). - Режим доступа: ЭБС Университетская библиотека ONLINE. - Текст : электронный.

Учебно-методические издания

1) Капустин, Александр Григорьевич. Физическая подготовка молодежи допризывного возраста в общеобразовательной школе : учеб.-метод. пособие / А. Г. Капустин. - Киров : Изд-во ВятГУ, 2009. - 118 с. - Библиогр.: с. 73-77. - ISBN 978-5-93825-791-7 : 40.00 р., 47.11 р. - Текст : непосредственный.

Электронные образовательные ресурсы

1) Портал дистанционного обучения ВятГУ [электронный ресурс] / - Режим доступа: <http://mooc.do-kirov.ru/>

2) Раздел официального сайта ВятГУ, содержащий описание образовательной программы [электронный ресурс] / - Режим доступа: https://www.vyatsu.ru/php/programms/eduPrograms.php?Program_ID=3-44.03.01.63

- 3) Личный кабинет студента на официальном сайте ВятГУ [электронный ресурс] / -
Режим доступа: <https://new.vyatsu.ru/account/>
- 4) Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы (ЭБС)

- ЭБС «Научная электронная библиотека eLIBRARY» (<http://elibrary.ru/defaultx.asp>)
- ЭБС «Издательства Лань» (<http://e.lanbook.com/>)
- ЭБС «Университетская библиотека online» (www.biblioclub.ru)
- Внутренняя электронно-библиотечная система ВятГУ (<http://lib.vyatsu.ru/>)
- ЭБС «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru>)

Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- ГАРАНТ
- КонсультантПлюс
- Техэксперт: Нормы, правила, стандарты
- Роспатент (<https://www1.fips.ru/elektronnye-servisy/informatsionno-poiskovaya-sistema>)
- Web of Science® (<http://webofscience.com>)

Материально-техническое обеспечение дисциплины

Демонстрационное оборудование

Перечень используемого оборудования
ДОСКА ИНТЕРАКТИВНАЯ 77" SMART BOARD 480
НОУТБУК LENOVO V310-15ISK 15.6"
ПРОЕКТОР EPSON EB-X41
ПРОЕКТОР NEC M230X
ТЕЛЕВИЗОР LG 43LN604V С КРЕПЛЕНИЕМ
Усилитель Microlad V-3830 silver 80x2,50x3 Вт
Экран настенный Draper Luma 120",175x234

Специализированное оборудование

Перечень используемого оборудования
Барьер для легкой атлетики
Конь гимнастический прыжковый
Конь гимнастический с ручками
Мяч в/б Mikasa MVA300ATTR
Мяч гандбольный Select Match Soft размер 2
Переключатель
Планка для прыжков в высоту
СЕКУНДОМЕР СОПпр-2А-3-000
СЕТКА ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ
СИЛОВОЙ КОМПЛЕКС BODY SOLID G5S
СКАМЬЯ СКЛАДНАЯ РЕГУЛИРУЕМАЯ ДЛЯ ЖИМА BODY SOLID GFID225
СТОЙКА ДЛЯ ЖИМОВ И ПРИСЕДАНИЙ BODY SOLID GPR-370
Стойка для прыжков в высоту
Стойки волейбольные (зальная) компл.
Щит б/б

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, в том числе лицензионное и свободно распространяемое ПО (включая ПО отечественного производства)

№ п.п	Наименование ПО	Краткая характеристика назначения ПО
1	Программная система с модулями для обнаружения текстовых заимствований в учебных и научных работах «Антиплагиат.ВУЗ»	Программный комплекс для проверки текстов на предмет заимствования из Интернет-источников, в коллекции диссертация и авторефератов Российской государственной библиотеки (РГБ) и коллекции нормативно-правовой документации LEXPRO
2	Microsoft Office 365 ProPlusEdu ALNG SubsVL MVL AddOn toOPP	Набор веб-сервисов, предоставляющий доступ к различным программам и услугам на основе платформы Microsoft Office, электронной почте бизнес-класса, функционалу для общения и управления документами
3	Office Professional Plus 2016	Пакет приложений для работы с различными типами документов: текстами, электронными таблицами, базами данных, презентациями
4	Windows Professional	Операционная система
5	Kaspersky Endpoint Security для бизнеса	Антивирусное программное обеспечение
6	Справочная правовая система «Консультант Плюс»	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
7	Электронный периодический справочник ГАРАНТ Аналитик	Справочно-правовая система по законодательству Российской Федерации
8	Security Essentials (Защитник Windows)	Защита в режиме реального времени от шпионского программного обеспечения, вирусов.
9	МойОфис Стандартный	Набор приложений для работы с документами, почтой, календарями и контактами на компьютерах и веб браузерах

Обновленный список программного обеспечения данной рабочей программы находится по адресу:
https://www.vyatsu.ru/php/list_it/index.php?op_id=115068