

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_3-44.03.05.68_2017_72496
Актуализировано: 08.05.2021

Рабочая программа дисциплины
Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование

	наименование дисциплины
Квалификация выпускника	Бакалавр пр.
Направление подготовки	44.03.05 шифр
	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) ФФКС наименование
Направленность (профиль)	3-44.03.05.68 шифр
	Безопасность жизнедеятельности. Физическая культура наименование
Формы обучения	Очная наименование
Кафедра-разработчик	Кафедра спортивных дисциплин и адаптивной физической культуры (ОРУ) наименование
Выпускающая кафедра	Кафедра медико-биологических дисциплин (ОРУ) наименование

Сведения о разработчиках рабочей программы дисциплины

Вавилов Алексей Леонидович

ФИО

Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины	Цель дисциплины: освоение студентами системы научно-практических знаний в области теории и методики избранного вида спорта и подготовка их к разносторонней профессиональной деятельности по специальности.
Задачи дисциплины	<ul style="list-style-type: none"> - формировать знания современных образовательных методов и технологий; - формировать умения составлять примерную программу диагностики образовательных результатов и методы изучения индивидуальных особенностей обучающихся; - формировать владения навыками диагностики образовательных результатов в соответствии с требованиями ФГОС общего образования; - формировать знания основных понятий, отдельных методов и форм педагогической работы для достижения результатов и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса; - формировать умения анализировать, проектировать, реализовывать по алгоритму средства и технологии достижения личностных, метапредметных и предметных результатов и их оценки в рамках учебного предмета; - формировать владения опытом самостоятельного отбора эффективных средств и способов достижения, оценки, коррекции образовательных результатов и приемами рефлексии.

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

Компетенция ПК-2

способностью использовать современные методы и технологии обучения и диагностики		
Знает	Умеет	Владеет
современные образовательные методы и технологии	составлять примерную программу диагностики образовательных результатов и методы изучения индивидуальных особенностей обучающихся	навыками диагностики образовательных результатов в соответствии с требованиями ФГОС общего образования

Компетенция ПК-4

способностью использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов		
Знает	Умеет	Владеет
основные понятия, отдельные методы и формы педагогической работы для достижения результатов и обеспечения качества	анализировать, проектировать, реализовывать по алгоритму средства и технологии достижения	опытом самостоятельного отбора эффективных средств и способов достижения, оценки, коррекции образовательных

учебно-воспитательного процесса	личностных, метапредметных и предметных результатов и их оценки в рамках учебного предмета	результатов и приемами рефлексии
---------------------------------	--	----------------------------------

Структура дисциплины
Тематический план

№ п/п	Наименование разделов дисциплины	Шифр формируемых компетенций
1	Раздел 1. Современные тенденции развития спорта.	ПК-2, ПК-4
2	Раздел II. Система спортивной подготовки.	ПК-2, ПК-4
3	Курсовая работа.	ПК-2, ПК-4
4	Подготовка и прохождение промежуточной аттестации	ПК-2, ПК-4

Формы промежуточной аттестации

Зачет	2, 4, 6, 7 семестр (Очная форма обучения)
Экзамен	8 семестр (Очная форма обучения)
Курсовая работа	7 семестр (Очная форма обучения)
Курсовой проект	Не предусмотрена (Очная 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	1, 2, 3, 4	2, 4, 5, 6, 7, 8	324	9	232.5	178	40	138	0	91.5	7	2, 4, 6, 7	8

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

Код занятия	Наименование тем занятий	Трудоемкость, академических часов
Раздел 1 «Раздел 1. Современные тенденции развития спорта.»		64.00
Лекции		
Л1.1	Сущность, функции и основные направления развития современного спорта.	1.00
Л1.2	Общая характеристика системы спортивной подготовки.	1.00
Л1.3	Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности.	2.00
Л1.4	Спортивные достижения и тенденция их развития.	1.00
Л1.5	Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы спортивной подготовки.	1.00
Л1.6	Современные проблемы спорта высших достижений.	2.00
Семинары, практические занятия		
П1.1	Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности.	20.00
П1.2	Современные проблемы спорта высших достижений.	20.00
Самостоятельная работа		
С1.1	Сущность, функции и основные направления развития современного спорта.	1.00
С1.2	Общая характеристика системы спортивной подготовки.	1.00
С1.3	Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности.	1.00
С1.4	Спортивные достижения и тенденция их развития.	1.00
С1.5	Тенденции развития спорта высших достижений и направления совершенствования системы спортивной подготовки.	1.00
С1.6	Современные проблемы спорта высших достижений.	1.00
Контактная внеаудиторная работа		
КВР1.1	Контактная внеаудиторная работа	5.00
КВР1.2	Контактная внеаудиторная работа	5.00
Раздел 2 «Раздел II. Система спортивной подготовки.»		214.50
Лекции		
Л2.1	Средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки.	2.00
Л2.2	Основы построения многолетней спортивной тренировки.	2.00
Л2.3	Специфические принципы построения многолетнего тренировочного процесса.	2.00
Л2.4	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, первичная спортивная ориентация и система отбора в многолетней подготовке	2.00

	спортсменов.	
Л2.5	Методика развития физических способностей.	4.00
Л2.6	Техническая подготовка спортсменов.	2.00
Л2.7	Тактическая подготовка спортсменов.	2.00
Л2.8	Основные концепции и технология построения больших тренировочных циклов.	4.00
Л2.9	Основные технологические подходы к построению средних циклов подготовки (мезоциклов).	4.00
Л2.10	Основные технологические подходы к построению тренировочных микроциклов.	4.00
Л2.11	Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства.	2.00
Л2.12	Использование естественных и «искусственно управляемых» условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.	2.00
Семинары, практические занятия		
П2.1	Основы построения многолетней спортивной тренировки.	16.00
П2.2	Специфические принципы построения многолетнего тренировочного процесса.	16.00
П2.3	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, первичная спортивная ориентация и система отбора в многолетней подготовке спортсменов.	10.00
П2.4	Методика развития физических способностей.	10.00
П2.5	Основные концепции и технология построения больших тренировочных циклов.	20.00
П2.6	Использование естественных и «искусственно управляемых» условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.	13.00
П2.7	Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства.	13.00
Самостоятельная работа		
С2.1	Средства и методы спортивной тренировки, тренировочные и соревновательные нагрузки.	7.00
С2.2	Основы построения многолетней спортивной тренировки.	7.00
С2.3	Специфические принципы построения многолетнего тренировочного процесса.	7.00
С2.4	Выявление индивидуальной спортивной предрасположенности, первичная спортивная ориентация и система отбора в многолетней подготовке спортсменов	3.00
С2.5	Методика развития физических способностей.	0.50
С2.6	Техническая подготовка спортсменов.	4.00
С2.7	Тактическая подготовка спортсменов.	3.00

C2.8	Основные концепции и технология построения больших тренировочных циклов.	3.00
C2.9	Основные технологические подходы к построению средних циклов подготовки (мезоциклов).	3.00
C2.10	Структура управления процессом совершенствования спортивного мастерства.	4.00
C2.11	Использование естественных и «искусственно управляемых» условий внешней среды для повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.	3.50
Контактная внеаудиторная работа		
КВР2.1	Контактная внеаудиторная работа	15.00
КВР2.2	Контактная внеаудиторная работа	5.00
КВР2.3	Контактная внеаудиторная работа	5.00
КВР2.4	Контактная внеаудиторная работа	14.50
Раздел 3 «Курсовая работа.»		2.00
Курсовые работы, проекты		
КЗ.1	Курсовая работа.	2.00
Раздел 4 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации»		43.50
34.1	Подготовка к сдаче зачета	3.50
34.2	Подготовка к сдаче зачета	3.50
34.3	Подготовка к сдаче зачета	3.50
34.4	Подготовка к сдаче зачета	3.50
Э4.1	Подготовка к сдаче экзамена	24.50
КВР4.7	Защита курсовой работы (проекта)	0.50
КВР4.3	Сдача зачета	0.50
КВР4.4	Сдача зачета	0.50
КВР4.5	Сдача зачета	0.50
КВР4.6	Сдача зачета	0.50
КВР4.1	Консультация перед экзаменом	2.00
КВР4.2	Сдача экзамена	0.50
ИТОГО		324.00

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 ознакамливаются 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) Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учеб. пособие для вузов / под ред. Ю. Д. Железняк. - М. : Академия, 2002. - 378 с. - (Высшее образование). - ISBN 5-7695-0573-7 : Б. ц. - Текст : непосредственный.

Учебная литература (дополнительная)

1) Рубин, Владимир Соломонович. Олимпийский и годичные циклы тренировки : теория и практика / В. С. Рубин. - М. : Сов. спорт, 2009. - 188 с. : ил. - Библиогр.: с. 179-186. - ISBN 978-5-9718-0328-7 : 200.00 р. - Текст : непосредственный.

2) Губа, Владимир Петрович. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта : [монография] / В. П. Губа. - М. : Сов. спорт, 2008. - 304 с. : ил. - Библиогр.: с. 298-303. - ISBN 978-5-9718-0334-8 : 300.00 р. - Текст : непосредственный.

3) Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование (на примере плавания) : учеб.-метод. пособие для студентов фак. физ. культуры и пед. фак. / ВятГУ ; [сост. О. В. Анфилатова]. - Киров : Радуга-ПРЕСС, 2012. - 118 с. - Библиогр. в конце разд. - ISBN 978-5-906013-32-3 : 171.35 р. - Текст : непосредственный.

Учебно-методические издания

1) ЕДИНАЯ ВСЕРОССИЙСКАЯ СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ. Летние виды спорта 2014–2017 гг. - Москва : Спорт-Человек. - Текст : непосредственный. Ч. 1 : Виды спорта, включенные в программу Игр Олимпиады. - Москва : Спорт-Человек, 2016. - 120 с. - ISBN 978-5-906839-62-6 : Б. ц. - URL: <https://e.lanbook.com/book/97502> (дата обращения: 15.05.2020). - Режим доступа: ЭБС Лань.

Учебно-наглядное пособие

1) Беличева, Татьяна Васильевна. Физическая культура и спорт. Базовые понятия физической культуры : учебное наглядное пособие для студентов всех направлений подготовки и форм обучения / Т. В. Беличева ; ВятГУ, Пединститут, ФФКС, каф. ФВ. - Киров : ВятГУ, 2021. - 19 с. - Б. ц. - Текст . Изображение : электронное.

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=3-44.03.05.68
- 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
интерактивная система Smart со встроенным проектором
Неттоп 3Q Nettop Qoo
Ноутбук Samsung R525

Специализированное оборудование

Перечень используемого оборудования
Барьер для легкой атлетики
Бревно гимнастическое 5 м
Брусья гимнастические мужские
Козел гимнастический прыжковый
Кольцо б/б амортизационное
КОРЗИНА ДЛЯ ХРАНЕНИЯ МЯЧЕЙ ПЕРЕДВИЖНАЯ
Мяч в/б Mikasa MVA300ATTR
Мяч волейбольный MIKASA
Планка для прыжков в высоту
СЕКУНДОМЕР СОПр-2А-3-000
Сетка в/б
Силовой тренажер со штангой "Ketler"
стойка баскетбольная
Стойки волейбольные (зальная) компл.
Стойки теннисные комп.

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=72496