


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_2020_114489
Актуализировано: 18.03.2021

Рабочая программа дисциплины
Профессионально-прикладная физическая подготовка допризывной
молодежи

| наименование дисциплины | |
|--------------------------|---|
| Квалификация выпускника | Бакалавр |
| 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

Капустин Александр Григорьевич

ФИО

Гырдымов Павел Валерьевич

ФИО

Цели и задачи дисциплины

| | |
|-------------------|--|
| Цель дисциплины | Цель учебной дисциплины – изучение студентами теории и методики организации профессионально-прикладной 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 профессионально-прикладной физической подготовки допризывной молодежи; - 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 самостоятельности, активности и инициативности при проведении занятий по профессионально-прикладной физической подготовке молодежи; - овладения способами оценки и поддержания должного уровня функциональной и физической подготовленности для успешной профессиональной деятельности.. |

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

Компетенция ПК-2

Способен развивать у обучающихся познавательную активность, самостоятельность, инициативность, творческие способности и гражданскую позицию средствами преподаваемого учебного предмета

| Знает | Умеет | Владеет |
|---|---|--|
| способы развития и поддержки самостоятельности обучающихся, развития у них творческих способностей и гражданской позиции при организации профессионально-прикладной физической подготовки | нализировать эффективность приемов и способов организации профессионально-прикладной физической подготовки; выбирать наиболее целесообразные приемы и способы развития при организации профессионально-прикладной физической подготовки | навыками развития активности, инициативности и самостоятельности, творческих способностей и гражданской позиции при организации профессионально-прикладной физической подготовки учебного предмета |

Компетенция УК-7

Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

| Знает | Умеет | Владеет |
|-------|-------|---------|
| | | |

| | | |
|---|---|---|
| <p>возрастные особенности организма обучающихся в том числе с ОВЗ; основы физической культуры и спорта; основы здорового образа жизни, здоровьесберегающие технологии обучения и спортивной подготовки для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> | <p>оценивать функциональное состояние организма и условия обучения; применять здоровьесберегающие технологии, средства и методы физического воспитания и здорового образа жизни</p> | <p>способами оценки и поддержания должного уровня функционального состояния, работоспособности и физической подготовленности; использования средств и методов укрепления здоровья, а также условий обеспечения образовательного процесса для полноценной социальной и профессиональной деятельности</p> |
|---|---|---|

Структура дисциплины
Тематический план

| № п/п | Наименование разделов дисциплины | Шифр формируемых компетенций |
|-------|---|------------------------------|
| 1 | Концептуальные нормативно-правовые основы профессионально-прикладной физической подготовки допризывной молодежи | ПК-2, УК-7 |
| 2 | Физическая подготовка допризывной молодежи на урочных и внеурочных формах занятий. | ПК-2, УК-7 |
| 3 | Подготовка и прохождение промежуточной аттестации | ПК-2, УК-7 |

Формы промежуточной аттестации

| | |
|-----------------|---|
| Зачет | 9 семестр (Очная форма обучения) |
| Экзамен | 10 семестр (Очная форма обучения) |
| Курсовая работа | Не предусмотрена (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 | 5 | 10, 9 | 180 | 5 | 102.5 | 60 | 10 | 50 | 0 | 77.5 | | 9 | 10 |

Содержание дисциплины

Очная форма обучения

| Код занятия | Наименование тем занятий | Трудоемкость, академических часов |
|--|---|-----------------------------------|
| Раздел 1 « Концептуальные нормативно-правовые основы профессионально-прикладной физической подготовки допризывной молодежи» | | 37.50 |
| Лекции | | |
| Л1.1 | Нормативно-правовые основы профессионально-прикладной 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. | 17.00 |
| Раздел 2 «Физическая подготовка допризывной молодежи на урочных и внеурочных формах занятий.» | | 111.50 |
| Лекции | | |
| Л2.1 | Особенности физической подготовки на уроках физической культуры. | 2.00 |
| Л2.2 | Задачи и особенности внеурочных занятий по физической подготовке допризывной молодежи. | 2.00 |
| Семинары, практические занятия | | |
| П2.1 | Формы внеурочных занятий по физической подготовке допризывной молодежи. | 2.00 |
| П2.2 | Методы развития физических качеств допризывников. | 2.00 |
| П2.3 | Разработка карт-комплексов по развитию физических качеств допризывников | 2.00 |
| П2.4 | Организация и работа секций ОФП для юношей- | 2.00 |

| | | |
|---|--|---------------|
| | старшекласников | |
| П2.5 | Организация дней физической самоподготовки юношей. | 2.00 |
| П2.6 | Планирование, организация и проведение военно-спортивных праздников, конкурсов. | 2.00 |
| П2.7 | Организация и проведение военно-спортивных сборов юношей 9-10 классов. | 2.00 |
| П2.8 | Взаимодействие с родительским комитетом, педагогическим коллективом, органами местного государственного управления по организации физической подготовки допризывников. | 2.00 |
| П2.9 | Разработка конспектов и проведение уроков для юношей 10-11 классов. | 16.00 |
| П2.10 | Разработка и проведение внеурочных занятий по физической подготовке допризывников. | 12.00 |
| Самостоятельная работа | | |
| С2.1 | Разработка документов планирования допризывной физической подготовки. | 10.50 |
| С2.2 | Методы развития физических качеств допризывников. | 14.00 |
| С2.3 | Организация и планирование внеурочной работы с допризывниками. | 16.50 |
| Контактная внеаудиторная работа | | |
| КВР2.1 | Контактная внеаудиторная работа | 22.50 |
| Раздел 3 «Подготовка и прохождение промежуточной аттестации» | | 31.00 |
| З3.1 | Подготовка к сдаче зачета | 3.50 |
| ЭЗ.1 | Подготовка к сдаче экзамена | 24.50 |
| КВР3.1 | Сдача зачета | 0.50 |
| КВР3.2 | Консультация перед экзаменом | 2.00 |
| КВР3.3 | Сдача экзамена | 0.50 |
| ИТОГО | | 180.00 |

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 ВятГГУ, 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=3-44.03.05.68

- 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 |
|---|
| 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=114489