

# АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

## ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

### 1.1 Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» является формирование:

- систематизированных знаний в области теории и методики избранного вида спорта, профессионально-педагогических знаний, умений и навыков, необходимых для самостоятельной деятельности бакалавра в качестве учителя, инструктора и тренера физического воспитания в учреждениях общего полного, начального, среднего и дополнительного образования.
- формирование профессионально значимых качеств личности будущих бакалавров в сфере физической культуры.

### 1.2 Задачи дисциплины

Изучение дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» направлено на формирование у студентов компетенции ПК–1 (готовностью реализовывать образовательные программы по предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов). В соответствие с этим ставятся следующие задачи дисциплины:

1. Формирование системы знаний о закономерностях, принципах и методах воспитательного процесса в сфере педагогической и тренерской деятельности в избранном виде спорта
2. Формирование системы знаний и умений, необходимых для освоения техники и методики преподавания в избранном виде спорта, обеспечить достаточный уровень спортивной подготовленности.
3. Ознакомление с основами организации учебно-воспитательной и тренировочной работы, средствами рекреационной и реабилитационной деятельности в избранном виде спорта.
4. Ознакомить с особенностями организационно-управленческой деятельности в избранном виде спорта
5. Обеспечение условий для активизации познавательной деятельности студентов и формирования у них физической культуры личности, на основе повышения уровня образованности в сфере физической культуры и спорта.
6. Стимулирование самостоятельной деятельности по освоению содержания дисциплины и формированию необходимых компетенций.

### 1.3 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» относится к вариативной части Блока 1. Дисциплины (модули) и направлена на совершенствование профессиональной и спортивной подготовки студентов на основе одного из видов спорта.

Для освоения дисциплины «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин: «Анатомия», «Физиология», «Биомеханика». Знания, полученные в процессе освоения данной дисциплины, необходимы для освоения студентами: профильных дисциплин, а также для прохождения учебной и педагогической практики студентов.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование специальной компетенции ПК–1: готовностью реализовывать образовательные программы по предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.

№ п. п.	Индекс компетенции	Содержание компетенции (или её части)	В результате изучения учебной дисциплины обучающиеся должны		
			знать	уметь	владеть
1	ПК–1	готовностью реализовывать образовательные программы по предмету в соответствии с требованиями образовательных стандартов.	<ul style="list-style-type: none"> <li>–законодательные акты в сфере образования, физической культуры и спорта;</li> <li>– содержание, формы и методы планирования и организации учебно-тренировочной и соревновательной работы;</li> <li>–факторы, определяющие уровень мастерства в избранном виде физкультурно-спортивной деятельности;</li> <li>-принципы организации и проведения соревнований в избранном виде спорта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разрабатывать учебные программы по предмету на основе государственных образовательных стандартов;</li> <li>-формировать цели и задачи физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>-планировать занятия с учетом возрастных особенностей занимающихся;</li> <li>-оценивать эффективность используемых средств и методов тренировки;</li> <li>-использовать технические средства для повышения эффективности физкультурно-спортивных занятий;</li> <li>-выявить причины типичных ошибок у занимающихся и определять приемы и средства их устранения.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-навыками разработки и осуществления учебно-воспитательного процесса в системе общего образования по физической культуре и спорту.</li> <li>–техникой выполнения упражнений в избранном виде спорта ;</li> <li>-методами и организацией комплексного контроля при занятиях в избранном виде спорта;</li> </ul>

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 23 зач.ед. (828 часа), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОФО).

Вид учебной работы		Всего часов	Семестры (часы)				
			3	4	5	6	7
<b>Контактная работа, в том числе:</b>							
Аудиторные (всего):							
Занятия лекционного типа		28	6	4	8	6	4
Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия)							
Лабораторные занятия		294	60	30	88	76	40
<b>Иная контактная работа:</b>							
Контроль самостоятельной работы (КСР)		24	6	2	6	6	4
Промежуточная аттестация (ИКР)		1	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
<b>Самостоятельная работа, в том числе</b>							
Курсовая работа							
Проработка учебного (теоретического) материала		407	53,8	53,8	131,8	111,8	47,8
Выполнение индивидуальных заданий (устный опрос, практические задания)		44	8	8	12	10	6
Подготовка к текущему контролю		30	6	6	6	6	6
<b>Контроль:</b>							
Подготовка к экзамену		–	–	–	–	–	–
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>час.</b>	828	144	108	252	216	108
	<b>в том числе контактная работа</b>	347	72,2	36,2	102,2	88,2	48,2
	<b>зач. ед</b>	36	4	3	7	6	3

### 2.2 Структура дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоёмкости по разделам дисциплины. Разделы дисциплины, изучаемые в 3,4,5,6,7 семестрах (очная форма)

№	Наименование разделов	Всего	Количество часов			
			Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			ЛК	ПЗ	ЛР	
1	2	3	4	5	6	7
<b>3 семестр</b>						
1	ПФСС в системе профессиональной подготовки будущих специалистов физической культуры.	6	2			4

2	Спорт: типы, виды, функции. Спорт в системе физкультурного образования: общего и профессионального .	6	2			4
3	Соревнования и соревновательная деятельность в спорте, система соревнований в многолетнем процессе подготовки спортсменов.	5,8	2			3.8
4	Обучение технике бега на короткие дистанции	40			20	20
5	Обучение технике спортивной ходьбы	36			16	20
6	Обучение технике прыжков в длину с разбега	44			24	20
<b>Итого по 3 семестру:</b>			<b>6</b>		<b>60</b>	<b>71,8</b>
<b>4 семестр</b>						
1	Тренировка и тренировочная деятельность в спорте. Тренировочные средства в решении задач физического воспитания.	10	2			8
2	Тренировочные и соревновательные нагрузки, их взаимосвязь	5,8	2			3.8
3	Обучение технике эстафетного бега	44			14	30
4	Обучение технике бега на длинные дистанции. Развитие общей выносливости. Кроссовая подготовка	46			16	30
<b>Итого по 4 семестру:</b>			<b>4</b>		<b>30</b>	<b>71,8</b>
<b>5 семестр</b>						
1	Спортивная техника. Классификация техники. Технология обучения. Совершенствование навыков	12	2			10
2	Стратегия и тактика. Классификация тактики. Технология обучения. Совершенствование навыков	12	2			10
3	Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки с учетом специфики вида спорта	12	2			10
4	Физическая подготовка: общая и специальная. Технология физической подготовки с учетом специфики вида спорта	11,8	2			9,8

5	Обучение технике прыжков высоту с разбега	54			24	30
6	Обучение технике метания гранаты	46			16	30
	Обучение технике метания копья	50			24	26
7	Обучение технике барьерного бега	48			24	24
	<b>Итого по 5 семестру:</b>		<b>8</b>		<b>88</b>	<b>149,8</b>
<b>6 семестр</b>						
1	Научная и методическая работа студентов	6	2			4
2	Особенности многолетней подготовки спортсменов. Специфика задач, содержания, методики тренировки на отдельных этапах	6	2			6
3	Спортивная ориентация и отбор, методика и организация (на материале избранного вида спорта)	6	2			10
4	Обучение технике толкания ядра	41,8			26	27,8
5	Организация и проведение занятий по легкой атлетике	114			50	80
	<b>Итого по 6 семестру:</b>		<b>6</b>		<b>76</b>	<b>127,8</b>
<b>7 семестр</b>						
1	Управление процессом подготовки спортсменов	6	2			4
2	Работа по спорту в общеобразовательной, спортивной школе, училище олимпийского резерва.	5,8	2			3,8
3	Организация и проведение соревнований по легкой атлетике	92			40	52
	<b>Итого по 7 семестру:</b>		<b>4</b>		<b>40</b>	<b>59,8</b>
	<b>Итого по дисциплине</b>		<b>28</b>		<b>294</b>	<b>481</b>

Примечание: ЛК – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СР – самостоятельная работа.

### 3. Примерная тематика курсовых работ

Курсовые работы не предусмотрены учебным планом.

#### **4. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.**

##### **4.1 Основная литература:**

1 Бегай! Прыгай! Метай!: Официальное руководство ИААФ по обучению легкой атлетике : учебно-методическое пособие / под общ. ред. В.В. Балахничева, В.Б. Зеличенок ; Пер. с англ. яз. А. Гнетова. – Москва : Человек, 2013. – 216 с. : ил. – ISBN 978-5-904885-96-0 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461402>.

2 Иванков, Ч. Технология физического воспитания в высших учебных заведениях : учебное пособие для студентов вузов / Ч. Иванков, С.А. Литвинов. – Москва : Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2015. – 304 с. : ил. - ISBN 978-5-691-02197-8 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429625>.

3 Чеснова, Е.Л. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование : учебно-методическое пособие / Е.Л. Чеснова. – Москва : Директ-Медиа, 2013. – 226 с. – ISBN 978-5-4458-3079-5 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210946>.

##### **4.2 Дополнительная литература:**

1 Асташина, М.П. Физкультурно-оздоровительная работа с разными возрастными группами населения : учебное пособие / М.П. Асташина ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 189 с. : ил. ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=336043>.

2 Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний (в вопросах и ответах) : учебное пособие / Е.П. Врублевский. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Спорт, 2016. – 241 с. : ил. – ISBN 978-5-9907240-3-7 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459995>.

3 Григорьев, А.Ю. Формирование двигательной компетенции студентов в процессе физического воспитания в вузе / А.Ю. Григорьев, В.В. Пономарев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный технологический университет». – Красноярск : СибГТУ, 2011. – 160 с. : табл. – Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428860>.

4 Забелина, Л.Г. Легкая атлетика : учебное пособие / Л.Г. Забелина, Е.Е. Нечунаева. – Новосибирск : НГТУ, 2010. – 59 с. – ISBN 978-5-7782-1448-4 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=228993>.

5 Мельничук, А.А. Физкультурно-спортивная деятельность студентов в вузе: теоретические и практические основы / А.А. Мельничук, В.В. Пономарев ; Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ВПО «Сибирский государственный технологический университет». – Красноярск : СибГТУ, 2013. – 173 с. : табл., схем. – Библиогр. в кн.. ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428873>.

6 Никитушкин, В.Г. Спорт высших достижений: теория и методика : учебное пособие / В.Г. Никитушкин, Ф.П. Суслов. – Москва : Спорт, 2017. – 320 с. : табл. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9500178-0-3 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=471229>.

7 Попов, В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов / В.Б. Попов ; Всероссийская федерация легкой атлетики, Московский региональный Центр развития легкой атлетики ИААФ. – 2-е изд., стер. – Москва : Человек, 2012. – 225 с. : схем., ил. – (Библиотека легкоатлета). – ISBN 978-5-904885-47-2 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461395>.

#### 4.3. Периодические издания:

- 1 Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – URL: <https://cyberleninka.ru/journal/n/uchenye-zapiski-universiteta-im-p-f-lesgafta> .
- 2 Теория и практика физической культуры. – URL: <https://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1357706> .
- 3 Адаптивная физическая культура. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1371600>.
- 4 Игра и дети. – URL: <http://dlib.eastview.com/browse/publication/19026/udb/1270> .
- 5 Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Образование, здравоохранение, физическая культура. – URL: [https://e.lanbook.com/journal/2551#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2551#journal_name).
- 6 Культура физическая и здоровье. – URL: [https://e.lanbook.com/journal/2337#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2337#journal_name) .
- 7 Физическая культура, спорт – наука и практика. – URL: [https://e.lanbook.com/journal/2290#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2290#journal_name) .
- 8 Физическое воспитание и спортивная тренировка. – URL: [https://e.lanbook.com/journal/2694#journal\\_name](https://e.lanbook.com/journal/2694#journal_name); <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51013>.
- 9 Физическая культура и спорт в современном мире [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=50822>.
- 10 Физическая культура, спорт и здоровье [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=51351>.
- 11 Физическое воспитание студентов [Электронный ресурс]. – URL: <http://elibrary.ru/contents.asp?titleid=28661>.

#### 5. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины.

- 1 ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы; мультимедийная коллекция: аудиокниги, аудиофайлы, видеокурсы, интерактивные курсы, экспресс-подготовка к экзаменам, презентации, тесты, карты, онлайн-энциклопедии, словари] : сайт. – URL: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red).
- 2 ЭБС издательства «Лань» [учебные, научные издания, первоисточники, художественные произведения различных издательств; журналы] : сайт. – URL: <http://e.lanbook.com>.
- 3 ЭБС «Юрайт» [раздел «ВАША ПОДПИСКА: Филиал КубГУ (г. Славянск-на-Кубани): учебники и учебные пособия издательства «Юрайт»] : сайт. – URL: <https://www.biblio-online.ru/catalog/E121B99F-E5ED-430E-A737-37D3A9E6DBFB>.
- 4 Научная электронная библиотека. Монографии, изданные в издательстве Российской Академии Естествознания [полнотекстовый ресурс свободного доступа] : сайт. – URL: <https://www.monographies.ru/>.
- 5 Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [5600 журналов, в открытом доступе – 4800] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.
- 6 Базы данных компании «Ист Вью» [раздел: Периодические издания (на рус. яз.) включает коллекции: Издания по общественным и гуманитарным наукам; Издания по

педагогике и образованию; Издания по информационным технологиям; Статистические издания России и стран СНГ] : сайт. – URL: <http://dlib.eastview.com>.

**7 КиберЛенинка** : научная электронная библиотека [научные журналы в полнотекстовом формате свободного доступа] : сайт. – URL: <http://cyberleninka.ru>.

**8 Единое окно доступа к образовательным ресурсам** : федеральная информационная система свободного доступа к интегральному каталогу образовательных интернет-ресурсов и к электронной библиотеке учебно-методических материалов для всех уровней образования: дошкольное, общее, среднее профессиональное, высшее, дополнительное : сайт. – URL: <http://window.edu.ru>.

**9 Энциклопедиум** [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

## **6. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

### **6.1 Перечень необходимого программного обеспечения.**

1. Офисный пакет приложений «Apache OpenOffice»
2. Приложение позволяющее просматривать и воспроизводить медиаконтент PDF-файлов «Adobe Acrobat Reader DC»
3. Программы, демонстрации видео материалов (проигрыватель) «WindowsMediaPlayer».
4. Программа просмотра интернет контента (браузер) « Google Chrome »

### **6.2 Перечень информационных справочных систем:**

1. Научная электронная библиотека статей и публикаций «eLibrary.ru» : российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины, образования [база данных Российского индекса научного цитирования] : сайт. – URL: <http://elibrary.ru>.

2. Энциклопедиум [Энциклопедии. Словари. Справочники : полнотекстовый ресурс свободного доступа] // ЭБС «Университетская библиотека ONLINE» : сайт. – URL: <http://enc.biblioclub.ru/>.

3. Электронный каталог Кубанского государственного университета и филиалов. – URL: <http://212.192.134.46/MegaPro/Web/Home/About>.

Автор-составитель:

Полянский А.В., канд.пед.наук, доцент кафедры физической культуры и естественно-биологических дисциплин КубГУ филиала в г. Славянске-на-Кубани.