

Негосударственное частное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Армавирский лингвистический социальный институт»

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **Б1.О.29 Инновационные технологии в физической культуре и спорте**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы: «Физическая культура»

Квалификация (степень) выпускника: **бакалавр**

Форма обучения: очная, заочная

Армавир, 2023

Рабочая программа дисциплины разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.02.2018 № 121 по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и принята на заседании кафедры гуманитарных, педагогических дисциплин и физической культуры (протокол № 10 от 14 июня 2023 г.)

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  Н.В.Семенова

Организация – разработчик: Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт»

Авторы: Гарбузов С.П.

Для поступивших в 2023 году

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины .....	4
2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО .....	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине .....	4
4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости .....	6
5. Содержание дисциплины .....	7
6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине .....	16
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	<a href="#">28</a>
8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины .....	29
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины....	31

## **1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины**

Цель дисциплины - характеристика процесса использования инноваций в процессе преподавания физической культуры в общеобразовательной школе

Задачи:

- анализ научно-методической литературы по выбранной теме;
- анализ исследований по использованию инновационных технологий в учебном процессе по физической культуре;
- обоснование инновационного направления в системе физической культуры.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование.

## **2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы определяется учебным планом.

Дисциплина «Инновационные технологии в физической культуре и спорте» в учебном плане относится к обязательной части Блока 1.

Для освоения дисциплины обучающиеся используют знания, умения и навыки, сформированные в средней общеобразовательной школе.

Знания, получаемые обучающимся при изучении дисциплины, являются базой для изучения дисциплины учебного плана «Элективные курсы по физической культуре и спорту».

## **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ОПОП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
<b>ОПК-2</b>	Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	<p><b>ОПК-2.1</b> Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательных систем, роль и место образования в жизни личности и общества; основы дидактики, основные принципы деятельностного подхода, виды и приемы современных образовательных технологий; пути достижения образовательных результатов в области ИКТ</p> <p><b>ОПК-2.2</b> Умеет: классифицировать образовательные системы и образовательные технологии; разрабатывать и применять отдельные компоненты основных и дополнительных образовательных программ в реальной и виртуальной образовательной среде</p> <p><b>ОПК-2.3</b> Владеет: приемами разработки и реализации программ учебных дисциплин в рамках основной общеобразовательной программы; средствами</p>	<p><b>ЗНАТЬ:</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>УМЕТЬ:</b> совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>ВЛАДЕТЬ:</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для</p>

		<p>формирования навыков, связанных с информационнокоммуникационными технологиями (далее - ИКТ); действиями реализации ИКТ технологий: на уровне пользователя, на общепедагогическом уровне; на уровне преподаваемого (ых) предметов (отражающая профессиональную ИКТ-компетентность соответствующей области человеческой деятельности)</p>	<p>решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
--	--	--	--

#### 4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Семестр	Трудоемкость		Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам				СРС		Форма промежуточной аттестации
	ЗЕ	часов	Лекции, часов	Практические занятия, часов	Лабораторные занятия, часов	Иные виды, часов	В период теоретического обучения, часов	В период сессии (контроль), часов	
<i>Очная форма обучения</i>									
8	2	72	10	26	-	-	36	-	Зачет
<i>Заочная форма обучения</i>									
8	3	72	2	6	-	-	60	4	Зачет

*Примечания:*

\* 2 ч - итоговое занятие (коллективная контактная работа) по подведению итогов освоения дисциплины при проведении промежуточной аттестации в форме зачета или зачета с оценкой;

\*\* 3 ч - контактная работа при проведении промежуточной аттестации в форме экзамена, из них:

2 ч - консультация перед экзаменом для потока учебных групп (коллективная контактная работа);

0,7 ч - организационные процедуры при проведении экзамена для учебной группы - инструктирование по порядку проведения экзамена, сообщения критериев и шкал оценивания, подведения итогов (коллективная контактная работа);

0,3 ч - устный ответ студента/ собеседование с преподавателем по итогам письменного экзамена или компьютерного тестирования (указывается нужное для соответствующей формы проведения экзамена).

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1 Тематическое планирование дисциплины

#### 5.1.1. Тематический план учебной дисциплины по очной форме обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, часов	Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС**, часов	Текущий контроль	Коды компетенций
				лекции	практические	лабораторные			
1.	Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте"	13	8	2	6	-	5		ОПК-2
2.	Развитие информационных технологий и сферы их применения	15	8	2	6	-	7	Тест	ОПК-2
3.	Информационные системы	15	8	2	6	-	7		ОПК-2
4.	Компьютерная диагностика в	12	6	2	4	-	6		ОПК-2

	физической культуре и спорте								
5.	Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека	17	6	2	4	-	11		ОПК-2
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>36</b>	<b>10</b>	<b>26</b>		<b>36</b>		

### 5.1.2. Тематический план учебной дисциплины по очно-заочной форме обучения

*Не предусмотрено учебным планом.*

### 5.1.3. Тематический план учебной дисциплины по заочной форме обучения

№ п/п	Разделы курса, темы	Общая трудоемкость*, часов	Из них аудиторной контактной работы (для проведения учебных занятий лекционного и семинарского типа) часов	Контактная аудиторная работа по видам учебных занятий, отраженная в учебном плане часов			СРС**, часов	Текущий контроль	Коды компетенций
				лекции и	практические	лабораторные			
1.	Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте"	13	1	-	1	-	12		ОПК-2
2.	Развитие информационных технологий и сферы их применения	13	1	-	1	-	12	Тест	ОПК-2
3.	Информационные системы	14	2	1	1	-	12		ОПК-2
4.	Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте	13	1	-	1	-	12		ОПК-2



5.	Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека	15	3	1	2	-	12		ОПК-2
	<b>Контроль:</b>	<b>4</b>							
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		<b>60</b>		

*\* указывается без учета времени, отведенного на проведение мероприятий промежуточной аттестации в виде групповой и индивидуальной контактной работы;*

*\*\* указывается без учета времени, отведенного на подготовку к проведению мероприятий промежуточной аттестации в период экзаменационных сессий по очной форме обучения и учебно-экзаменационных сессий по заочной форме*

## **5.2. Виды занятий и их содержание**

### **5.2.1 Тематика и краткое содержание лекционных занятий**

#### **8 семестр**

#### **ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1**

Тема: Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте"

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Основные понятия учебной дисциплины "Информационные технологии в физической культуре и спорте".
- 2) Положительные и отрицательные стороны использования информационных технологий в современном обществе.
- 3) Основные средства информационных технологий.

#### **ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 2**

Тема: Развитие информационных технологий и сферы их применения

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Воздействие информационных технологий на различные сферы деятельности человека.

- 2) Эволюция информационных технологий.
- 3) Принципы информационных технологий.
- 4) Виды информационных технологий

### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3

Тема: Информационные системы

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Понятия "Система", "Информационная система". Система "Человек - машина".
- 2) Процессы, свойства, возможности информационных систем и ожидаемый эффект от их внедрения.
- 3) Структура информационной системы.
- 4) Классификация информационных систем.
- 5) Информационные системы, применяемые в сфере физической культуры и спорта.

### ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 4

Тема: Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Методы регистрации сигналов в физической культуре и спорте: датчики и аппаратура.
- 2) Цель и задачи компьютерной диагностики в физической культуре и спорте.
- 3) Кардиотесты. Электрокардиография.
- 4) Тепловизионная диагностика.
- 5) Электродиагностические методы диагностики функциональных систем спортсменов.
- 6) Метод газоразрядной визуализации.
- 7) Магнитно-резонансная томография.
- 8) Компьютерная психодиагностика.

## ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5

Тема: Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) 3D-графические методы в подготовке спортсменов.
- 2) Методы оптикоэлектронного измерения движений человека (3D-сканирование).
- 3) Технология "Motion capture".
- 4) Моделирование двигательной деятельности человека.
- 5) Робототехника. Робототехника в адаптивной физической культуре.

### **Методические рекомендации для подготовки к занятию.**

Изучение теоретического курса дисциплины основывается на материалах базового учебника Решетникова Н.В. «Физическая культура». Дополнением и разъяснением знаний по теоретическому курсу являются материалы лекций (автор Бабушкин Е.Г.)

Теоретический курс дисциплины дает основополагающие знания о влиянии физических нагрузок на организм человека и их значение для поддержания здоровья.

## **5.2.2 Тематика и краткое содержание практических занятий**

### ***8 семестр***

#### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-3**

Тема: Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте"

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Устный опрос студентов по изученным вопросам темы "Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте".

#### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 4-6**

Тема: Развитие информационных технологий и сферы их применения  
лекционное занятие

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Устный опрос студентов по изученным вопросам темы "Развитие информационных технологий и сферы их применения".
- 2) Контрольная работа по итогам изучения 2-ух тем: - "Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте" - "Развитие информационных технологий и сферы их применения"

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-9

Тема: Информационные системы

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Устный опрос студентов по изученным вопросам темы "Информационные системы".
- 2) Проверка письменного домашнего задания на тему: "Использование информационных технологий в рамках выбранной студентом информационной системы, применяемой в сфере физической культуры и спорта".

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 10-11

Тема: Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Выступление студентов с компьютерными презентациями на тему: "Датчики, используемые в избранном виде спорта".
- 2) Выступление студентов с докладами на тему "Используемые информационные технологии при проведении избранных студентами функциональных проб" и проверка письменного домашнего задания: конспект данного доклада.

#### ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 12-13

Тема: Информационные технологии в изучении и моделировании движений человека

лекционное занятие

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Выступление студентов с видеороликами на тему: "Технологии, используемые в избранном виде спорта", с их аннотацией и пояснениями во время показа.

2) Итоговое тестирование по всем изученным темам учебной дисциплины "Информационные технологии в физической культуре и спорте"

### **5.2.3 Тематика и краткое содержание лабораторных занятий**

Не предусмотрены учебным планом.

### **5.2.4 Примерная тематика курсовых работ\***

Не предусмотрены учебным планом.

### **5.2.5 Самостоятельная работа и контроль успеваемости**

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*очная форма обучения*):

#### **8 семестр**

<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Примерная трудоемкость</b>
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	6
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	6
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	6
Подготовка к текущему контролю	6
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	12
Подготовка к промежуточной аттестации	
<b>ИТОГО СРО:</b>	<b>36</b>

В рамках указанного в учебном плане объёма самостоятельной работы по данной дисциплине (в часах) предусматривается выполнение следующих видов учебной деятельности (*заочная форма обучения*):

#### **8 семестр**

<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Примерная трудоемкость</b>
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	10
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	10
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятия лекционного и семинарского типа	10
Подготовка к текущему контролю	10
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	20
Подготовка к промежуточной аттестации	
<b>ИТОГО СРО:</b>	<b>60</b>

### Задания для СРС

Тема 1. Введение в дисциплину "Информационные технологии в физической культуре и спорте"

устный опрос, примерные вопросы:

1. Охарактеризуйте понятия "Информационные технологии", "Информация", "Информационные ресурсы".

2. Проанализируйте роль использования информационных технологий в современном обществе.

3. Суть базового и прикладного программного обеспечения. В чем их различия. Примеры.

Тема 2. Развитие информационных технологий и сферы их применения  
контрольная работа , примерные вопросы:

1 ВАРИАНТ:

1. Положительные и отрицательные стороны использования информационных технологий в современном обществе

2. Эволюция информационных технологий

3. Основные средства информационных технологий

2 ВАРИАНТ:

1. Основные понятия учебной дисциплины "Информационные технологии в физической культуре и спорте"

2. Воздействие информационных технологий на различные сферы деятельности человека

3. Виды информационных технологий

Тема 3. Информационные системы

письменное домашнее задание , примерные вопросы:

Структура конспекта:

1. Описание и характеристика выбранной студентом информационной системы.
2. Цель и задачи использования ИТ в информационной системе.
3. Виды и типы ИТ, используемых в информационной системе.

*Устный опрос, примерные вопросы:*

1. Дайте определение понятиям "Система", "Информационная система". В чем суть системы взаимодействия "Человек - машина"?
2. Охарактеризуйте основные процессы, свойства, возможности информационных систем и ожидаемый эффект от их внедрения.
3. Дайте анализ структуре информационной системы. Охарактеризуйте основные виды обеспечения информационной системы.
4. Дайте классификацию информационных систем и укажите примеры использования каждого из ее типа.
5. Укажите основные информационные системы, применяемые в сфере физической культуры и спорта.

Тема 4. Компьютерная диагностика в физической культуре и спорте  
*научный доклад, примерные вопросы:*

Научный доклад на тему "Используемые информационные технологии при проведении избранных студентами функциональных проб"

*Письменное домашнее задание:* конспект данного доклада.

Структура доклада:

1. Процедура выполнения функциональной пробы.
2. Возрастной контингент испытуемых.
3. Характеристика ИТ, используемых при проведении функциональной пробы.

### **5.2.6 Образовательные технологии**

Аудиторные занятия проводятся в форме лекционных и практических занятий с использованием компьютерных презентаций.

На практических занятиях могут использоваться проблемное обучение, технология деловой игры, кейс-метод как инструменты формирования компетенций.

## **6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

### **6.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля**

Текущий контроль знаний студентов осуществляется проводимыми по основным темам дисциплины следующими контрольными оценочными мероприятиями:

-тест

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

#### ***8 семестр***

Примерное тестирование для оценки сформированности компетенции:

*ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)*

### **1. Важнейшей задачей физического образования является:**

- 1) воспитание физических качеств



- 2) пропаганда здорового образа жизни
- 3) овладение техникой двигательного действия и ее дальнейшее совершенствование

4) научить учащихся пользоваться приобретенными знаниями

**2. Назовите основные показатели развития физической культуры личности:**

1) развитие физических качеств и способностей, освоение двигательных умений и навыков

2) росто-весовые показатели

3) гигиенические навыки и привычки ежедневно заботиться о своем здоровье, закаливании организма, физической подготовленности

4) культура движений и широкий фонд жизненно необходимых двигательных умений и навыков (бег, прыжки, метания, плавание, передвижения на лыжах)

**3. Инновации, которые может использовать тренер, учитель:**

1) диалоговое преподавание

2) новые методики спортивной тренировки

3) все ответы верны

4) проблемное обучение

**4. В чем суть и назначение оздоровительно-реабилитационной физической культуры?**

1) применение методик лечебной физической культуры после травм и заболеваний в условиях стационара, в целях реабилитации

2) повышение иммунной системы организма

3) использование физических упражнений как факторов профилактики и лечения различных заболеваний, восстановления, борьбы с переутомлением

4) организация профилактики заболеваний у населения

**5. Какие факторы необходимо учитывать при подборе физических упражнений, способствующих качественному решению задач специальной физической подготовки?**

- 1) состояние здоровья
- 2) уровень физической подготовленности занимающихся, особенности конкретного вида спорта, период спортивной подготовки
- 3) цель занятий данным видом спорта; задачи, решаемые на определенном этапе спортивной подготовки
- 4) положительный и отрицательный перенос физических качеств, уровень развития физических качеств, возрастные особенности, вид спорта

**6. В каких разновидностях представлены «фоновые» виды физической культуры?**

- 1) туризм, охота, рыболовство
- 2) физкультурно-спортивные развлечения и оздоровительно- массовые мероприятия
- 3) гигиеническая и рекреативная физическая культура
- 4) лечебная физическая культура

**7. Какие задачи решаются в процессе профессионально-прикладной физической подготовки?**

- 1) развитие физических качеств и способностей, освоение двигательных умений и навыков
- 2) обучение специальным знаниям, повышение функциональной устойчивости организма к неблагоприятным факторам трудовой деятельности
- 3) спортивное совершенство
- 4) обеспечение активной адаптации человека к избранному виду трудовой деятельности

**8. В иерархии принципов в системе физического воспитания принцип всестороннего развития личности следует отнести к**

- 1) общим социальным принципам воспитательной стратегии общества

- 2) принципам обучения
- 3) общим принципам образования и воспитания

**9. Физическими упражнениями называются:**

- 1) формы двигательных действий, способствующие решению задач физического воспитания
- 2) двигательные действия, с помощью которых развивают физические качества и укрепляют здоровье
- 3) движения, выполняемые на уроках физической культуры и во время утренней гимнастики
- 4) двигательные действия, дозируемые по величине нагрузки и продолжительности выполнения

**10. На современном этапе развития общества основными критериями физического совершенства служат:**

- 1) уровень и качество сформированных двигательных умений и навыков
- 2) показатели здоровья
- 3) показатели телосложения
- 4) нормативы и требования государственных программ по физическому воспитанию в сочетании с нормативами единой спортивной классификации

**11. Предлагаются следующие мероприятия по дальнейшему развитию инновационных процессов в отрасли «Физкультура и спорт»**

- 1) все ответы верны
- 2) обеспечение правовой базы инновационной деятельности защита интеллектуальной собственности в отрасли «Физкультура и спорт»
- 3) создание и поддержание устойчивых финансовых условий, способствующих развитию инновационной деятельности, предусматривающих наличие инвестиций
- 4) координация инновационной деятельности на социально и политически значимых направлениях

**12. Применение компьютерных технологий в сфере физической культуры позволит решить целый ряд важнейших и сложных задач:**

- 1) Подготовить для внедрения в учебный процесс необходимые дидактические материалы по физической культуре
- 2) Разработать индивидуальные оздоровительные программы с учетом психосоматических особенностей личности
- 3) Проследить динамику работоспособности в течение определенного периода обучения
- 4) все ответы верны

**13. Основным специфическим средством физического воспитания являются:**

- 1) гигиенические факторы
- 2) физические упражнения
- 3) оздоровительные силы природы
- 4) тренажеры и тренажерные устройства, гири, гантели, штанга, резиновые амортизаторы, эспандеры

**14. В каких направлениях проявляется базовая физическая культура?**

- 1) физическая культура в учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования
- 2) физическая культура, представленная как учебный предмет в системе образования и воспитания; физическая культура взрослого населения
- 3) физическая культура, как самостоятельный вид занятий
- 4) физическая культура в дошкольных учреждениях и общеобразовательных учреждениях начального, общего и среднего образования

**15. Величина нагрузки физических упражнений обусловлена:**

- 1) частотой сердечных сокращений
- 2) степенью преодолеваемых при их выполнении трудностей

- 3) сочетанием объема и интенсивности двигательных действий
- 4) утомлением, возникающим при их выполнении
- 5) все ответы верны

**16. Как классифицируются уроки физической культуры по признаку основной направленности?**

- 1) урок здоровья, спортивно-ориентированный урок
- 2) ОФП, профессионально-прикладной физической подготовки, спортивно-тренировочные уроки, методико-практические занятия
- 3) уроки гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжной подготовки, подвижных и спортивных игр и т.д
- 4) уроки освоения нового материала, уроки закрепления и совершенствования учебного материала, контрольные и смешанные (комплексные) уроки

**17. Назовите задачи развития эстетической сферы личности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности:**

- 1) воспитание способности глубоко чувствовать и оценивать красоту в сфере физической культуры и спорта и в других областях ее проявления;
- 2) воспитание способности чутко воспринимать и оценивать красоту в сфере физической культуры; формирование эстетики поведения и отношений
- 3) выработка активной позиции в утверждении прекрасного
- 4) непримиримость к безобразному в любых его проявлениях

**18. Выберите средство обучения, дидактические свойства которого являются наиболее эффективными:**

- 1) наглядное пособие
- 2) видеофильм
- 3) интерактивный цифровой образовательный ресурс
- 4) учебник

**19. К специфическим методам физического воспитания относятся:**

- 1) методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы

- 2) методы срочной информации
- 3) практический метод, видеометод, методы самостоятельной работы, методы контроля и самоконтроля
- 4) словесные методы (распоряжения, команды, указания) и методы наглядного воздействия

**20. Нагрузка физических упражнений характеризуется:**

- 1) подготовленностью занимающихся в соответствии с их возрастом, состоянием здоровья, самочувствием во время занятия
- 2) временем и количеством повторений двигательных действий
- 3) величиной их воздействия на организм
- 4) напряжением отдельных мышечных групп

**21. Новым подходом в воспитании детей является:**

- 1) деятельностный
- 2) когнитивный подход
- 3) личностно-ориентированный подход
- 4) природосообразный подход

**22. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение:**

- 1) восстановления организма после заболеваний, травм, переутомления
- 2) физической подготовленности человека к жизни
- 3) подготовки к спортивной деятельности
- 4) подготовки к профессиональной деятельности
- 5) все ответы

верны

**23. Назовите задачи развития эстетической сферы личности человека в процессе физкультурно-спортивной деятельности:**

- 1) выработка активной позиции в утверждении прекрасного
- 2) воспитание способности глубоко чувствовать и оценивать красоту в сфере физической культуры и спорта и в других областях ее проявления
- 3) воспитание способности чутко воспринимать и оценивать красоту в сфере физической культуры; формирование эстетики поведения и отношений

4) непримиримость к безобразному в любых его проявлениях

**24. Какие задачи умственного развития обучающихся решаются в процессе физического воспитания?**

1) расширение и углубление специальных знаний в сфере физической культуры

2) формирование осмысленного отношения к занятиям физической культурой

3) содействие творческим проявлениям личности, в том числе в самопознании и самовоспитании, средствами физической культуры и спорта

4) обогащение специальными знаниями, относящимися к сфере физической культуры и спорта; развитие познавательных и творческих способностей.

**25. Достигнутые результаты в физическом совершенствовании человека и степень использования приобретенных двигательных качеств, навыков и специальных знаний в повседневной жизни, характеризуют:**

1) физическое развитие индивида

2) физическую культуру личности

3) физическое образование субъекта

4) физическое совершенство человека

**26. Процесс, направленный на воспитание двигательных (физических) качеств, способностей, необходимых в жизни и спортивной деятельности, называется:**

1) физической подготовкой

2) учебным процессом

3) тренировочным процессом

4) физическим развитием

**27. Инновационная деятельность в сфере «физкультура и спорт» должна осуществляться в нескольких направлениях:**

1) повышение профессионализма и мастерства кадров, работающих в этой сфере

2) совершенствование материально-технической базы отрасли

3) инновации теории методологии спортивной тренировки

4) все ответы верны

**28. Совокупность приемов, операций и других действий педагога по физической культуре и спорту по использованию воспитательного инструментария в профессиональной деятельности характеризует:**

1) тактику воспитания

2) стратегию воспитания

3) методы воспитания

4) технику воспитания

**29. Отличительным признаком физической культуры является:**

1) выполнение физических упражнений

2) занятия в форме уроков

3) физическое совершенство

4) развитие физических качеств и обучение двигательным действиям

**30. Одним из основных подходов в воспитании выносливости является:**

1) использование метода «фартлек»

2) метод переменного непрерывного упражнения

3) метод равномерного непрерывного упражнения

4) метод повторного выполнения упражнения

**6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации**

**8 семестр**

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются задания,



выполняемые обучающимися в семестре, а также материалы для текущего контроля.

### 6.3 Описание шкал оценивания сформированности компетенций

#### 6.3.1 Текущая аттестация

Тема: Развитие информационных технологий и сферы их применения

#### Шкала оценки теста на примере освоения компетенций

*ОПК-2 Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)*

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
<p>5 «отлично»</p>	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и</p>

	использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.
3 «удовлетворительно»	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> не в полной мере приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
2 «неудовлетворительно»	<p><b>Не знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Не умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Не владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>

### 6.3.2 Промежуточная аттестация

#### 6.3.2.2 Промежуточная аттестация (зачет)

## 8 семестр

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
<p>5 «отлично»</p>	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p><b>Знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного</p>

	<p>характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Владеет</b> не в полной мере приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>
2 «неудовлетворительно»	<p><b>Не знает</b> характерные черты и культуру научного познания; принципы, формы и методы научно-исследовательской деятельности; методологию научного исследования.</p> <p><b>Не умеет</b> не в полной мере совершенствовать и развивать свой интеллектуальный и культурный уровень; рефлексировать (оценивать и перерабатывать) освоенные научные методы и способы деятельности; самостоятельно находить и анализировать новую информацию, осваивать новые знания, компетентно используя методы научного исследования; проводить исследования фундаментального и прикладного характера, а также грамотно и аргументировано публично представлять результаты своей деятельности с использованием современных ИКТ.</p> <p><b>Не владеет</b> приемами работы с информацией: поиск, оценка и использование информации из различных источников, необходимой для решения научных и профессиональных задач; методами анализа информации в ходе профессиональной деятельности и синтеза недостающей информации; навыками работы в условиях новизны и неопределенности научного исследования.</p>

### 6.3.2.3 Промежуточная аттестация (зачет)

Не предусмотрено учебным планом

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

### Основная литература

Филиппова, С. О. Гуманитарные технологии в физической культуре: пособие для преподавателей: Пособие / Филиппова С.О., Митин А.Е., Соломин В.П. - Москва :НИЦ ИНФРА-М, 2017. - 258 с. (Высшее образование: Специалитет)ISBN 978-5-16-103229-9 (online). - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/851547>

Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 201 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/textbook\_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-019217-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2098104>

Федорова, Т. Ю. Физическая подготовка в системе физического воспитания. Методические основы физического воспитания : учебно-методическое пособие / Т. Ю. Федорова. - Москва : РУТ (МИИТ), 2018. - 52 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1896987>

#### Дополнительная литература

Парыгина, О. В. Теория физической культуры и спорта : учебное пособие / О. В. Парыгина. - Москва : Альтаир-МГАВТ, 2019. - 129 с. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1057281>

Филиппова, Ю. С. Физическая культура : учебно-методическое пособие / Ю.С. Филиппова. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 201 с. — (Высшее образование). — DOI 10.12737/textbook\_5d36b382bede05.74469718. - ISBN 978-5-16-019217-8. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2098104>

## **8 Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины**

### **8.1 Общесистемные требования**

*Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)*

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2023 / 2024 год	Электронно-библиотечная система Znanium — это информационно-образовательная среда для колледжей, вузов и библиотек.	

*Электронная информационно-образовательная среда НЧОУ ВО АЛСИ*

### **8.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине используются специальные помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования. Специальные помещения укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду НЧОУ ВО АЛСИ.

#### **Современные профессиональные базы данных**

- 1) Федеральный портал «Российское образование»/  
<http://www.edu.ru>
- 2) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф) <http://xn--90ax2c.xn--p1ai/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>
- 4) Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com/>
- 5) Базы данных ScienceDirect (книги и журналы) издательства Elsevier [https:// www.sciencedirect.com/](https://www.sciencedirect.com/)
- 6) Базы данных Scopus издательства Elsevier [https://www.scopus.com/search/ form.uri?display=basic](https://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic)

#### **Информационные справочные системы**

- 1) Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
- 2) Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) - <http://eor.edu.ru/>
- 3) Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) - <http://school-collection.edu.ru>.
- 4) Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») - <http://window.edu.ru>.
- 5) Российская государственная библиотека. <http://www.rsl.ru>
- 6) Государственная публичная историческая библиотека. <http://www.shpl.ru>
- 7) Национальная Электронная Библиотека (нэб.рф)

## **9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

В процессе изучения учебной дисциплины следует:

1. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины. Рабочая программа дисциплины содержит перечень разделов и тем, которые необходимо изучить, планы лекционных и семинарских занятий, вопросы к текущей и промежуточной аттестации, перечень основной, дополнительной литературы и ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», определиться с темой курсовой работы (при наличии).
2. Ознакомиться с планом самостоятельной работы обучающихся.
3. Посещать теоретические (лекционные) и практические занятия.
4. При подготовке к практическим занятиям, а также при выполнении самостоятельной работы следует использовать методические указания для обучающихся.