

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДВ.05.01 Фитбол

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	5
4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости	8
5. Содержание дисциплины	9
6. Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	20
7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	40
8. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины	40
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	42

1. Цели и задачи освоения учебной дисциплины

Цель освоения дисциплины: - продолжение формирования у студентов готовности использовать приобретенную совокупность знания, умений и навыков для организации здорового стиля жизни и обеспечения безопасности на занятиях, исключение возможных спортивных травм в сфере профессиональной деятельности.

Задачи:

1) понимание роли фитбол-аэробики в развитии личности будущего педагога и подготовке ее к профессиональной деятельности;

2) знание научно-практических основ фитбол-гимнастики и здорового образа жизни;

3) формирование мотивационного ценностного отношения к оздоровительным методикам, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

4) овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств, самоопределение в физической культуре;

5) обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студента к будущей профессии;

6) приобретение опыта творческого использования фитбол-гимнастик в физкультурно- спортивной и оздоровительной деятельности для достижения жизненных и профессиональных целей.

2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплина «Фитбол» в учебном плане относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1.

Для освоения дисциплины студенты используют знания, умения и

навыки, сформированные в ходе изучения таких дисциплин, как: «Теория и методика гимнастики», «История физической культуры и спорта».

Освоение дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплины «Фитнес-технологии», «Физическая рекреация».

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 (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПКО-3	<i>Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса</i>	<p>ПКО-3.1 Знает: закономерности, принципы и уровни формирования и реализации содержания дошкольного образования; структуру, состав и дидактические единицы содержания образования дошкольников</p> <p>ПКО-3.2 Умеет: осуществлять отбор учебного содержания для реализации в различных формах обучения дошкольников в соответствии с дидактическими целями и возрастными особенностями учащихся</p> <p>ПКО-3.3 Владеет: предметным содержанием образования дошкольников</p>	<p>Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области</p>

			<p>нравственного воспитания</p> <p>Уметь: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеть: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона</p>
ОПК-8	Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	ОПК-8.1 Знает: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в	Знать: историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области

		<p>области гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>ОПК-8.2 Умеет: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>ОПК-8.3 Владеет: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками)</p>	<p>гуманитарных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области естественнонаучных знаний; историю, теорию, закономерности и принципы построения и функционирования образовательного процесса, роль и место образования в жизни человека и общества в области нравственного воспитания</p> <p>Уметь: использовать современные, в том числе интерактивные, формы и методы воспитательной работы в урочной и внеурочной деятельности, дополнительном образовании детей</p> <p>Владеть: методами, формами и средствами обучения, в том числе выходящими за рамки учебных занятий для реализации проектной деятельности обучающихся, лабораторных экспериментов, экскурсионной работы, полевой практики и т.п.; действиями (навыками) организации различных видов внеурочной деятельности:</p>
--	--	--	---

		организации различных видов внеурочной деятельности: игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона	игровой, учебно-исследовательской, художественно-продуктивной, культурно-досуговой с учетом возможностей образовательной организации, места жительства и историко-культурного своеобразия региона
--	--	--	---

4. Структура дисциплины и распределение ее трудоемкости

Семес тр	Трудок ость		Контактная работа при проведении учебных занятий по дисциплинам				СРС		Форма промежу точной аттестаци и
	ЗЕ	часов	Лекци и, часов	Практи ческие занятия, часов	Лабора торные занятия , часов	Иные виды, часов	В период теорети ческого обучен ия , часов	В перио д сессии и (конт роль), часов	
<i>Очная форма обучения</i>									
7	3	108	18	36	-	-	54		Зачет
<i>Заочная форма обучения</i>									
10	3	108	4	8	-	-	92	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. Тематический план учебной 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 рубежный контроль	Коды компетенций
				лекции	практическое	лабораторные			
<i>7 семестр</i>									
1.	История возникновения и развития фитбол-аэробики. Преимущества занятий на фитболе	10	6	4	2		4		ПКО-3, 8
2.	Классификация фитбол-упражнений. Оздоровительное воздействие занятий с использованием фитболов на	10	6	4	2		4		ПКО-3, 8

	организм занимающихся								
3.	Методика проведения занятия по фитбол- аэробике	8	4	4			4		ПКО- 3, 8
4.	Структура и содержание занятий фитбол-аэробики	6	2	2			4		ПКО- 3, 8
5.	Обучение и управление движения в фитбол-аэробике	6	2	2			4		ПКО- 3, 8
6.	Урок фитбол- аэробики	6	2	2			4		ПКО- 3, 8
7.	Инвентарь и возможности его использования	7	4		4		3		ПКО- 3, 8
8.	Упражнения разминки. План- конспект для вводной части занятия	7	4		4		3		ПКО- 3, 8
9.	Основная часть занятия фитбол- аэробики. План- конспект	7	4		4		3	Контр ольная работа	ПКО- 3, 8
10.	Заключительная часть фитбол- аэробики	7	4		4		3	Рефера т	ПКО-3, 8
11.	Использование средств фитбол- гимнастики на занятиях с детьми	5	2		2		3	Тест	ПКО-3, 8
12.	Фитбол-гимнастика для беременных	5	5		2		3		ПКО-3, 8
13.	Упражнения для мышц груди	7	4		4		3		ПКО-3, 8
14.	Упражнения для ног и ягодиц	7	4		4		3		ПКО-3, 8
15.	Упражнения для мышц спины	7	4		4		3		ПКО-3, 8
16.	Упражнения для пресса.	7	4		4		3		ПКО-3, 8
	Итого:	108	54	18	36	-	54		

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 рубежный контроль	Коды компетенций
				лекции	практическое	лабораторные			
<i>10 семестр</i>									
1.	История возникновения и развития фитбол-аэробики. Преимущества занятий на фитболе	6	1	1			5		ПКО-3, 8
2.	Классификация фитбол-упражнений. Оздоровительное воздействие занятий с использованием фитболов на организм занимающихся	6	1	1			5		ПКО-3, 8
3.	Методика проведения занятия по фитбол-аэробике	6	1	1			5		ПКО-3, 8
4.	Структура и содержание занятий фитбол-аэробики	7	2	1	1		5		ПКО-3, 8

5.	Обучение и управление движения в фитбол-аэробике	7	1		1		6		ПКО-3, 8
6.	Урок фитбол-аэробики	7	1		1		6		ПКО-3, 8
7.	Инвентарь и возможности его использования	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
8.	Упражнения разминки. План-конспект для вводной части занятия	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
9.	Основная часть занятия фитбол-аэробики. План-конспект	6,5	0,5		0,5		6	Контрольная работа	ПКО-3, 8
10.	Заключительная часть фитбол-аэробики	6,5	0,5		0,5		6	Реферат	ПКО-3, 8
11.	Использование средств фитбол-гимнастики на занятиях с детьми	6,5	0,5		0,5		6	Тест	ПКО-3, 8
12.	Фитбол-гимнастика для беременных	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
13.	Упражнения для мышц груди	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
14.	Упражнения для ног и ягодиц	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
15.	Упражнения для мышц спины	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
16.	Упражнения для пресса.	6,5	0,5		0,5		6		ПКО-3, 8
	Контроль:	4							
	Итого:	108	12	4	8	-	92		

* 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-

5.2. Виды занятий и их содержание

5.2.1. Тематика и краткое содержание лекционных занятий

7 семестр

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: История возникновения и развития фитбол-аэробики.

Преимущества занятий на фитболе.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) История возникновения и развития фитбол-аэробики.
- 2) Изобретение гимнастического мяча – фитбола.
- 3) Основные понятия фитбол-аэробики.
- 4) Преимущества занятий на фитбол-мяче.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема: Классификация фитбол-упражнений. Оздоровительное воздействие занятий с использованием фитболов на организм занимающихся

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Классификация упражнений на фитболе: по признаку организации группы; по анатомическому принципам; по исходным положениям; по признаку использования снарядов и предметов; по признаку преимущественного воздействия.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

Тема: Методика проведения занятия по фитбол-аэробике.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Требования к организации и проведению занятия.
- 2) Структура и построение занятий по фитбол-аэробике.
- 3) Методика обучения упражнениям фитбол-аэробики.

4) Музыкальное сопровождение занятий.

5) Техника выполнения базовых шагов фитбол-аэробики и методы конструирования связок.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 7

Тема: Структура и содержание занятий фитбол-аэробики.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Структура занятия фитбол-аэробики.
- 2) Структура и содержание разминки
- 3) Структура и содержание основной части.
- 4) Структура и содержание силовой части, партерной части.
- 5) Структура и содержание заключительной части, стретчинг.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 8

Тема: Обучение и управление движением в фитбол-аэробике.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Процесс обучения и научения двигательным действиям в аэробике, статика и динамика движений аэробики, положение тела и ориентация в пространстве при выполнении двигательного акта, выполнение моторных программ, перестройка моторных программ.

2) Тренирующее (обучающее) воздействие любого упражнения (комплекса упражнений), направленного на изменение моторной программы должно изменяться в соответствии с кривой обучения, что может служить тестирующим моментом определения уровня сложности предлагаемого упражнения или степени его усвоения.

ЛЕКЦИОННОЕ ЗАНЯТИЕ № 9

Тема: Урок фитбол-аэробики.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Структура и содержание.

- 2) Планирование урока фитбол-аэробики.
- 3) План-конспект урока фитбол-аэробики.
- 4) Технология и методы конструирования программ, содержание занятий по фитбол-аэробике.
- 5) Запрещённые упражнения в фитбол-аэробике.
- 6) Моделирование и проведение урока фитбол-аэробики.

5.2.2 Тематика и краткое содержание практических занятий

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 1-2

Тема: Инвентарь и способы его применения.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Оборудование зала для занятий фитбол-аэробикой.
- 2) Гигиенические требования к оборудованию и инвентарю.
- 3) Разновидности гимнастических мячей.
- 4) Правильный подбор гимнастического мяча.
- 5) Применение другого оборудования на занятиях фитбол-аэробикой.
- 6) Хранение гимнастических мячей.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 3-4

Тема: Упражнения разминки. План-конспект для вводной части занятия.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) **Первый вариант:** выполнение бега на месте, прыжков на месте, маховых и круговых движений руками, наклоны, приседания; в конце разминки выполнить прыжки на скакалке в умеренном темпе от 1 до 3 минут. Выполнить разминку не менее 5 минут. п

2) **Второй вариант:** выполнение прыжков на фитболе 2–3 минуты. Затем, перебирая ногами, обернитесь вокруг своей оси сначала по часовой стрелке, потом – против часовой стрелки. Начните с нескольких поворотов, постепенно доводя их количество до 8–10 раз.

3) Далее выполните 10 покачиваний вперед-назад, включая в

работу в основном ягодицы и бедра. Завершите разминку медленными покачиваниями бедер (тоже 10 раз) из стороны в сторону, как будто выполняете «танец живота» на фитболе.

4) **Третий вариант:** данный вариант можно использовать не только в качестве разминки, но и как кардиотренинг (с той лишь разницей, что данный кардиотренинг выполняется, сидя на фитболе).

5) Написание плана-конспекта одного из вариантов разминки

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 5-6

Тема: Основная часть занятия фитбол-аэробики. План-конспект.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Составление связок и комбинаций из базовых и вспомогательных движений основной части занятия фитбол-аэробики.

2) Написание плана-конспекта основной части занятия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 7-8

Тема: Заключительная часть фитбол-аэробики.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Построение и отработка заключительной части занятия.

2) Написание плана-конспекта заключительной части занятия.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 9

Тема: Использование средств фитбол-гимнастики на занятиях с детьми.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Организация занятия фитбол-гимнастики в ДОУ.

2) Общие методические требования к занятиям фитбол-гимнастикой для дошкольников.

3) Структура занятия фитбол-гимнастики в ДОУ.

4) Основные задачи оздоровительной фитбол-гимнастики в детском

возрасте.

5) Основные этапы фитбол-гимнастики.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 10

Тема: Фитбол-гимнастика для беременных.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Использование упражнений на гимнастических мячах в 1 триместре беременности.

2) Применение упражнений на гимнастических мячах в 2 триместре беременности.

3) Применение упражнений на гимнастических мячах в 3 триместре беременности.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 11-12

Тема: Упражнения для мышц груди.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Отжимания от фитбола, уровни сложности выполнения данного упражнения.

2) Разведение рук в наклоне, модификации данного упражнения.

3) Жим с гантелями, уровни сложности выполнения данного упражнения.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 13-14

Тема: Упражнения для ног и ягодиц.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

1) Упражнение на укрепление квадрицепсов, мышц ягодиц, икр и задней поверхности бедра.

2) Упражнение задействующее мышцы ягодиц, внутреннюю и внешнюю поверхности бедер, а также укрепляет мышцы пресса и нижнего и среднего отделов спины.

- 3) Упражнение на укрепление мышц брюшного пресса.
- 4) Упражнение на укрепление подколенных сухожилий.
- 5) Упражнение для мышц ягодиц.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 15-16

Тема: Упражнения для мышц спины.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Упражнение, укрепляющее мышцы-разгибатели позвоночника, благодаря чему снизится риск травмирования спины при наклонах или поворотах корпуса.
- 2) Упражнение, укрепляющее разгибатели позвоночника и мышцы пресса.
- 3) Упражнение, укрепляющее разгибатели позвоночника, мышцы верхнего отдела спины, задние пучки дельтовидных мышц, а также мышцы пресса и ягодиц.
- 4) Упражнение, укрепляющее поясничный отдел позвоночника.
- 5) Упражнение, укрепляющее широчайшие мышцы спины и задействует мышцы задней части плеч.

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ № 17-18

Тема: Упражнения для мышц брюшного пресса.

Основные вопросы, рассматриваемые на занятии:

- 1) Скручивания в упоре лежа на спине, модификации и уровни сложности выполнения данного упражнения.
- 2) Упражнения на укрепление прямых и косых мышц живота с модификациями выполнения.
- 3) Упражнения на укрепление нижнего пресса.
- 4) Упражнения прорабатывающие поперечные и косые внутренние мышцы пресса.

5) Стретчинговые упражнения.

6) Упражнения заминки.

5.2.3. Тематика и краткое содержание лабораторных занятий

Не предусмотрены учебным планом

5.2.4. Примерная тематика курсовых работ (проектов)

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*):

7 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	8
Опережающая самостоятельная работа (изучение нового материала до его изложения на занятиях)	8
Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа	12
Подготовка к текущему контролю	14
Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	8
Подготовка к промежуточной аттестации	4
ИТОГО СРО:	54

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

10 семестр

Вид самостоятельной работы	Примерная трудоемкость
Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа	11
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	18
Подготовка к текущему контролю	25

Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников по заданной проблеме	7
Подготовка к промежуточной аттестации	25
ИТОГО СРО:	92

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:

- контрольная работа;
- реферат;
- тест.

Примеры оценочных материалов для проведения текущей аттестации обучающихся по дисциплине

7семестр

Примерная контрольная работа для оценки сформированности компетенции:

ЛКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Контрольное задание №1.

1. От какого греческого корня произошло слово «аэробика».

2. Дайте дефиницию понятию «аэробика».

3. Кто и в каком году впервые ввел и использовал термин аэробика?

4. Назовите организационно-методические направления оздоровительной аэробики.

Контрольное задание №2

1.Опишите основные этапы истории и развития аэробики.

2.Дайте определение понятию спортивная аэробика.

3.В каком году прошел первый международный чемпионат мира по спортивной аэробике?

4.Перечислите виды программ по спортивной аэробике.

5.Кратко опишите содержание положения по спортивной аэробике.

Контрольное задание №3.

1. Кратко опишите концепцию К. Купера.

2. Система подсчетов очков по К. Куперу.

3.Назовите пять китов аэробики.

4.Назовите 4 обязательных фазы оздоровительной тренировки по К.Куперу. 5.Назовите временные рамки оздоровительной тренировки.

Контрольное задание №4.

1. Дайте определение термина здоровье.

2. С чем связан оздоровительный эффект аэробики?

3. Какие механизмы нейроэндокринной системы запускаются в процессе занятий аэробикой?

4. С чем связана ликвидация жировых запасов?

5. Опишите регулирующий эффект оздоровительной аэробики?

7 семестр

Примерная тематика рефератов для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1. Цели и задачи оздоровительной аэробики.
2. Классификация видов аэробики.
3. Виды оздоровительной аэробики.
4. Что является структурной единицей в аэробике.
5. Структура построения занятия по аэробике.
6. Содержание занятия по аэробике.
7. Формы контроля на занятиях по аэробике.
8. Физиологические преимущества разминки.
9. Цель и задачи разминки.
10. Цель и задачи основной части занятия.
11. Цель и задачи заключительной части занятия.
12. Хореографические методы построения аэробной части занятия.
13. Методические особенности проведения занятий с детьми.
14. Методические особенности проведения с юношами и девушками.
15. Методические особенности проведения с взрослыми.
16. Запрещённые упражнения в оздоровительной аэробике.
17. Спортивная аэробика.
18. История возникновения и развития аэробики.
19. К. Купер – создатель аэробики.
20. Понятие интенсивности в аэробике.
21. Понятие о тренировочных эффектах в аэробике.
22. Методические приемы по обучению и управлению группой.
23. Функциональное тестирование занимающихся.

7 семестр

Примерные тестовые задания для оценки сформированности компетенции:

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

1. Что называют атлетической гимнастикой?

- а) один из методов развития умственной активности;
- б) основное средство развития ловкости;
- в) метод развития скорости;
- г) комплекс упражнений, направленных на развитие силовых качеств, а также гибкости и ловкости

2. Что означает слово «гимнастика»?

- а) совокупность упражнений, методических приемов, которые используют для укрепления здоровья и развития физических данных
- б) популярный вид спорта;
- в) набор специальных снарядов для тренировочного процесса;
- г) способ поддержания эмоционального здоровья.

3. Утренняя гимнастика это –

- а) ряд физических упражнений, выполняемых в утреннее время, направленных на повышение тонуса организма
- б) элемент двигательной активности;
- в) совокупность упражнений, которые выполняются в кровати после пробуждения;
- г) разминка для мышц и суставов.

4. Лечебная гимнастика при переломах назначается:

- а) для улучшения общего состояния;
- б) укрепление гипотрофичных мышц, восстановления движений
- в) для тренировки вестибулярного аппарата;

г) для снижения болевого синдрома.

5. К формам проведения лечебной гимнастики относят:

а) экстремальные виды туризма;

б) велоспорт;

в) плавание, ближний туризм, упражнения, активные игры на свежем воздухе

г) легкая и тяжелая атлетика.

6. К спортивным видам гимнастики относят:

а) акробатическая

б) цирковая;

в) атлетическая;

г) уличная.

7. Основная цель утренней гимнастики:

а) расслабление мышц и связок;

б) укрепление нервной системы;

в) поддержка нормального физического состояния, повышение жизненного тонуса, приобретение заряда бодрости;

г) развитие силы воли.

8. Физическое качество, которое развивает гимнастика:

а) сила;

б) скорость;

в) красота; г) стройность;

9. Что подразумевают под понятием ритмическая гимнастика:

а) современный вид танца;

б) акробатические упражнения;

- в) музыкально-ритмическое воспитание;
- г) комплекс специальных ритмических упражнений, направленных на укрепление и развитие организма в любом возрасте.

10. Чему способствует гигиеническая утренняя гимнастика:

- а) концентрации памяти;
- б) укрепление мышечной памяти;
- в) комплекс упражнений после сна для повышения общего тонуса;
- г) восстановление дыхания.

11. Лечебная гимнастика имеет следующие разделы:

- а) вводный, основной, заключительный;
- б) первый, второй, третий;
- в) начальный, основной, финишный;
- г) разминочный, главный, заключительный.

12. Страна, в которой зародилась гимнастика:

- а) Польша;
- б) Германия;
- в) Древняя Греция;
- г) Россия.

13. Что называют стретчингом?

- а) специальная система упражнений, направленная на повышение гибкости, растяжение связок и мышц ;
- б) виды упражнений на брусьях;
- в) комплекс упражнений на развитие ловкости и силы;
- г) ряд акробатических упражнений;

14. Какие виды упражнений относятся к акробатике:

- а)циклические;
- б)динамические и статические;
- в)упражнения на снарядах;
- г)силовые.

15. Определение слова «акробатика»:

- а)разновидность гимнастики, специальные упражнения на ловкость, балансировку, силу, гибкость;
- б)метод развития и укрепления мышечной ткани;
- в)раздел гимнастики для детей;
- г)направление в цирковом искусстве.

16. Вид бега, развивающий общую выносливость организма:

- а)бег по пересеченной местности;
- б)бег на тренажере;
- в)марафонский бег;
- г)равномерный непрерывный бег.

17. Какую систему организма тренирует бег:

- а)дыхательная система;
- б)мышечная система;
- в)все системы организма;
- г)сердечно-сосудистая система.

18. Какие физические качества проверяют с помощью теста челночный бег:

- а)скоростные качества;
- б)сила;
- в)ловкость;
- г)гибкость.

19. Какой тест позволяет определить силу человека:

- а) сгибание и разгибание рук в локтевом суставе в упоре лежа;
- б) приседания;
- в) бег на скорость;
- г) прыжки на скакалке.

20. Что называют акробатической комбинацией:

- а) выполнение акробатических элементов в разной последовательности;
- б) выполнение акробатических элементов в строго определенной последовательности;
- в) последовательное выполнение акробатических упражнений;
- г) выполнение упражнений на брусьях.

21. Какой тест позволяет точно определить уровень гибкости человека:

- а) наклоны в положении сидя;
- б) наклоны в положении лежа;
- в) наклоны в положении стоя;
- г) сгибание рук и ног в положении лежа.

22. Способность организма запоминать, а затем воспроизводить движения, усвоенные давно:

- а) условный рефлекс;
- б) мышечная память;
- в) моторика;
- г) кинестетика.

23. К упражнениям на равновесие относят:

- а) выполнение стоек;

- б) повороты и наклоны;
- в) челночный бег;
- г) все виды гимнастических упражнений.

24. В первую очередь акробатические упражнения влияют на функцию:

- а) сердечно-сосудистой системы;
- б) вестибулярный аппарат;
- в) дыхательную систему;
- г) опорно-двигательный аппарат.

25. Что такое челночный бег?

- а) разновидность беговых видов легкой атлетики;
- б) бег на короткие дистанции с постоянной сменой направления;
- в) бег на короткие дистанции;
- г) спортивная ходьба.

26. Атлетическая гимнастика это –

- а) один из способов усовершенствования физической формы;
- б) разные виды беговых нагрузок;
- в) комплекс упражнений с отягощением, направленный на создание красивого тела, укрепления здоровья;
- г) упражнение для снижения массы тела.

27. Основная задача стретчинга:

- а) развитие выносливости;
- б) укрепление мышечной ткани;
- в) расслабление и растягивание мышц до и после основной тренировки;
- г) повышение эстетики тела.

28. Что является средствами гимнастики?

- а) все формы контроля со стороны педагога;
- б) ежедневный тренировочный процесс;
- в) упражнения, музыка, наставления педагога, силы природы;
- г) возможности организма.

29. Основные требования к гимнастическим терминам:

- а) доступность, четкость, краткость;
- б) подробное раскрытие всех деталей;
- в) сформированность;
- г) точность.

30. Что принято называть состояние устойчивого положения тела в пространстве?

- а) исходная позиция;
- б) основная стойка;
- в) равновесие;
- г) балансирование.

6.2 Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации

7 семестр

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета с оценкой. Средствами оценки для реализации промежуточной аттестации являются задания, выполняемые обучающимися в семестре, а также материалы для текущего контроля.

6.3 Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

6.3.1 Текущая аттестация

Тема: Основная часть занятия фитбол-аэробики. План-конспект

Шкала оценки контрольной работы на примере освоения компетенций

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
4 «хорошо»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации</p>

	<p>учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: не в полной мере навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>2 «неудовлетворительно»</p>	<p>Не знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики</p>

	<p>учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Не умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Не владеет: навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
--	---

Тема: Заключительная часть футбол-аэробики

Шкала оценки реферата на примере освоения компетенций

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: критически</p>

	<p>Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по</p>

	<p>преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: не в полной мере навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>2 «неудовлетворительно»</p>	<p>Не знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Не умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Не владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами</p>

	научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.
--	--

Тема: Использование средств фитбол-гимнастики на занятиях с детьми

Шкала оценки теста на примере освоения компетенций

ПКО-3 Способен применять предметные знания при реализации образовательного процесса

ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
4 «хорошо»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели</p>

	<p>педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>3 «удовлетворитель- но»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: не в полной мере навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>2</p>	<p>Не знает: приоритетные направления развития образовательной</p>

«неудовлетворительно»	<p>системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Не умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Не владеет: навыками конструирования Предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
-----------------------	--

6.3.2 Промежуточная аттестация

6.3.2.2 Промежуточная аттестация (зачет)

7 семестр

Оценка	Характеристика сформированности компетенций
5 «отлично»	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: критически Анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного</p>

	<p>знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>4 «хорошо»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>3 «удовлетворительно»</p>	<p>Знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной</p>

	<p>деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Владеет: не в полной мере навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>
<p>2 «неудовлетворительно»</p>	<p>Не знает: приоритетные направления развития образовательной системы РФ, требования примерных образовательных программ по учебному предмету; перечень и содержательные характеристики учебной документации по вопросам организации и реализации образовательного процесса; теорию и технологии учета возрастных особенностей, обучающихся; программы и учебники по преподаваемому предмету. Понятие, структуру, функции, цели педагогической деятельности, требования к современному преподавателю. Теоретические основы и технологию организации учебно-профессиональной, научноисследовательской и проектной деятельности и иной деятельности обучающихся.</p> <p>Не умеет: не в полной мере критически анализировать учебные материалы предметной области с точки зрения их научности, психологопедагогической и методической целесообразности использования; конструировать содержание обучения по предмету в соответствии с уровнем развития научного знания и с учетом возрастных особенностей обучающихся; разрабатывать рабочую программу по предмету, курсу на основе примерных основных общеобразовательных программ и обеспечивать ее выполнение. Осуществлять поиск, анализ, интерпретацию научной информации и адаптировать её к своей педагогической деятельности, использовать профессиональные базы данных. Применять достижения отечественной и зарубежной науки и образовательной практики в своей педагогической деятельности. Организовывать научно-исследовательскую и проектную деятельность обучающихся.</p> <p>Не владеет: навыками конструирования предметного содержания и адаптации его в соответствии с особенностями. Нормативно-правовыми, психолого-педагогическими, проектно-методическими и организационно-управленческими средствами проведения научно-исследовательской работы. Приёмами научной и профессиональной устной и письменной коммуникации целевой аудитории.</p>

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

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Организация и планирование учебно-тренировочной работы в подготовительном периоде мини-футбольных команд высокой квалификации: Учебно-методическое пособие / Банников С.Е., Минязев Р.И., Босоногов А.Г., - 2-е изд., стер. - М.:Флинта, Изд-во Урал. ун-та, 2017. - 50 с. ISBN 978-5-9765-3033-1 - Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/945528>

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Современный футбол: тенденции развития, методики спортивных тренировок, менеджмент и маркетинг / материалы совместной конференции кафедры «Менеджмента и экономики спорта им. В.В. Кузина» и кафедры «Теории и методики футбола» ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ» 21 апреля 2016 г.. —Москва : Научный консультант, 2016. —314 с. - ISBN 978-5-9908478-9-7. - Текст : электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/1023360> - Текст : электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/1023360>

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 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.