

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Тобольский педагогический институт им. Д.И. Менделеева (филиал)
Тюменского государственного университета

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Шидов С.П.

« 28 »

2020 г.



**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ, ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
И СПОРТИВНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
В УЧРЕЖДЕНИЯХ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Рабочая программа
для обучающихся по направлению подготовки

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профили физическая культура; менеджмент в физической культуре и спорте

Форма обучения: очная

Цапцова Т.Н. Педагогические, физкультурно-оздоровительные и спортивные технологии в учреждениях сферы физической культуры и спорта. Рабочая программа для обучающихся по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили физическая культура; менеджмент в физической культуре и спорте, форма обучения очная. Тобольск 2020.

Рабочая программа дисциплины (модуля) опубликована на сайте ТюмГУ: Педагогические, физкультурно-оздоровительные и спортивные технологии в учреждениях сферы физической культуры и спорта [электронный ресурс] / Режим доступа: <https://tobolsk.utmn.ru/sveden/education/#>

1. Пояснительная записка

Цель дисциплины: Сформировать в современном аспекте целостное представление о здоровье человека, средствах и способах его формирования и поддержания; раскрыть сущность, специфику и структуру профессиональной деятельности специалиста в области оздоровительной физической культуры; ознакомить с инновационными физкультурно-оздоровительными технологиями и путями их интеграции в практику физической культуры различных групп населения.

Задачи дисциплины:

- раскрыть перспективные направления в системе физкультурно-оздоровительной деятельности на современном этапе;
- способствовать формированию умения решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития обучающихся в учебной и внеучебной деятельности;
- сформировать у будущего бакалавра комплекс знаний и умений, отражающих здоровьесберегающий и здоровьеразвивающий аспекты физической культуры и спорта;
- обеспечить освоение системы знаний в области физкультурно-оздоровительных технологий, целостное осмысление содержательной стороны профессиональной деятельности в сфере оздоровительно-рекреативной физической культуры;
- создать представление о современных научных концепциях в медико-биологической, психолого-педагогической областях знаний в сфере оздоровительной физической культуры

1.1. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Педагогические, физкультурно-оздоровительные и спортивные технологии в учреждениях сферы физической культуры и спорта» входит в обязательную часть, блока Б1 Дисциплины (модули).

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, знания, умения и навыки, сформированные у обучающихся в процессе изучения дисциплин: «Физическая культура и спорт: теория и методика двигательной деятельности», «Возрастная анатомия, физиология и здоровый образ жизни», «Методика обучения и воспитания физической культуре».

Полученные при изучении данной дисциплины знания, умения и навыки будут использоваться при прохождении и защите практик «Педагогическая практика», «Преддипломная практика (научно-исследовательская работа)» и способствуют успешной защите ВКР

1.2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения данной дисциплины

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	Знает: способы и приемы работы с информацией; методы стимулирования, структурные элементы, функции, модели критического мышления; Умеет: использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач; использовать технологии развития критического мышления с целью индивидуализации процесса обучения.
УК-2. Способен определять круг задач в	Знает: как определять задачи в рамках поставленной

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)
рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	цели; Умеет: выбирать оптимальные способы решения поставленных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	Знает: формы, методы и технологии организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями. Умеет: определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями ФГОС; проектировать фрагменты индивидуальных образовательных траекторий обучения и развития обучающихся с учетом особых образовательных потребностей в условиях совместной деятельности
ПК-1. Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Знает предметные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Умеет осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

2. Структура и содержание дисциплины

Таблица 1

Вид учебной работы	Всего часов (академические часы)	Часов в модуле
		16
Общий объем зач. ед.	4	4
час	144	144
Из них:		
Часы аудиторной работы (всего)	50	50
Лекции	20	20
Практические занятия	30	30
Лабораторные занятия	-	-
Часы внеаудиторной работы, включая самостоятельную работу обучающегося	94	94
Вид промежуточной аттестации (зачет, диф. зачет, экзамен)	зачет	зачет

3. Система оценивания

3.1. Оценивание осуществляется по разным формам контроля: конспект к зачету и экзамену, подготовка и защита докладов по темам практического занятия, контрольная работа.

Студенты не согласные с итоговой оценкой, полученной по результатам текущего контроля, сдают экзамен в устной форме. Билет для сдачи экзамена включает 2 вопроса.

4. Содержание дисциплины

4.1. Тематический план дисциплины

Таблица 2

№ п/п	Темы	Виды аудиторной работы			часов по теме Итого
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия	
1	Общая характеристика оздоровительной физической культуры				
1.1	Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания.	2	2		4
1.2	Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	2	8		10
2	Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры				
2.1	Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.	2	6		8
2.2	Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения.	2	2		4
2.3	Специфика профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту в сфере оздоровительного фитнеса.	2	4		6
2.4	Научные основы двигательной активности и оздоровительной тренировки	2	4		6
2.5	Основы построения оздоровительной тренировки	4			4
2.6	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	4	4		8
3	Всего	20	30	-	50

4.2. Содержание дисциплины (модуля) по темам

Тема 1.1 Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания.

Проблемы сохранения и укрепления здоровья при развитии и совершенствовании психомоторных способностей и повышении физического потенциала в процессе занятий физической культурой и спортом. Оздоровительный эффект физических упражнений. Тренирующее воздействие физических упражнений.

Тема 1.2 Содержательные основы оздоровительной физической культуры.

Оздоровительная физическая культура: направления развития. Двигательная активность. Фитнес. Физическая работоспособность и здоровье. Понятие о здоровом образе жизни. Основные принципы оздоровительной тренировки. Оценка состояния здоровья.

Оздоровительный эффект физических упражнений. Тренирующее воздействие физических упражнений.

Тема 2.1 Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.

Научно-прикладные аспекты использования средств и методов оздоровления и современных видов кондиционной тренировки (стретчинг, аэробика, бодибилдинг, шейпинг и т.д.) в физкультурно-оздоровительной работе с различным контингентом. Структура и содержание физкультурно-оздоровительной работы для различных половозрастных групп населения. Особенности организации работы с лицами старшего возраста. Технологии построения комплексных оздоровительных программ в профилактике различных заболеваний.

Тема 2.2 Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения.

Научно-прикладные аспекты совершенствования современной оздоровительно-рекреационной физической культуры на основе интеграции нетрадиционных направлений. Социально-педагогические аспекты использования нетрадиционных форм и средств физической культуры в практике физкультурно-оздоровительной работы с различными слоями населения и возрастными группами.

Тема 2.3 Специфика профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту в сфере оздоровительного фитнеса.

Профессиональная деятельность инструктора тренажерного зала. Основные функции инструктора тренажерного зала. Стратегия занятий с клиентами в тренажерном зале. Профессионал фитнеса как работник сферы услуг. Этикет в фитнесе. Персональный тренинг: содержание, специфика, преимущества. Индивидуализация тренировочного процесса. Психологические аспекты персонального тренинга. Мотивация клиента.

Тема 2.4 Научные основы двигательной активности и оздоровительной тренировки.

Анатомия и физиология силового и кардиотренинга в оздоровительной тренировке. Характеристика различных групп мышц. Структура и функции суставов. Специфика движений в суставах. Совершенствование адаптационно-регуляторных механизмов. Соответствие величины нагрузок функциональным возможностям организма. Способы регламентации нагрузок. Факторы, влияющие на величину и характер срочного тренировочного эффекта физкультурно-оздоровительных занятий: физиологическая зона воздействия определённого упражнения, степень тренированности, пол, возраст, содержание тренировки.

Тема 2.5 Основы построения оздоровительной тренировки.

Принцип оздоровительной направленности. Постепенность наращивания интенсивности и длительности нагрузок. Разнообразие применяемых средств. Систематичность занятий. Соответствие требованиям основной трудовой деятельности и здорового образа жизни. Принцип индивидуального подхода к содержанию и режимам физкультурно-оздоровительной деятельности. Основы здорового питания.

Тема 2.6 Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой

Методология диагностики и контроля за состоянием здоровья в процессе занятий оздоровительной физической культурой. Системный подход в оценке здоровья. Современные методики диагностики (в том числе с использованием компьютерных технологий) и контроля физического состояния в системе оздоровительной деятельности. Основы диагностики психоэмоционального состояния и потребностно-мотивационной сферы в процессе занятий оздоровительной физической культурой.

Практические и семинарские занятия

Таблица 3

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)
1	Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания.	<p>Занятие 1. Практическое занятие.</p> <p>1.Тесная связь состояния здоровья и физической работоспособности с образом жизни, объемом и характером повседневной двигательной активности.</p> <p>2.Выбор методики занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью.</p>
2	Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	<p>Занятие 2. Практическое занятие.</p> <p>1.Средства оздоровительной физической культуры. Упражнения циклического характера.</p> <p>2.Игровые упражнения. Круговая тренировка. Дыхательные упражнения.</p> <p>Занятие 3. Практическое занятие.</p> <p>1.Гимнастические упражнения.</p> <p>2.Упражнения с использованием тренажеров.</p> <p>Занятие 4. Практическое занятие.</p> <p>1.Круговая тренировка.</p> <p>2.Виды круговой тренировки.</p> <p>3.Особенности проведения круговой тренировки.</p> <p>Занятие 5. Практическое занятие.</p> <p>1.Дыхательные упражнения.</p> <p>2.Народные праздники и национальные виды спорта.</p>
3	Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем	<p>Занятие 6. Практическое занятие.</p> <p>1. Основные задачи силовой тренировки. Средства и методы силовой тренировки.</p> <p>2. Этапы силовой тренировки: базовый, воспитание силовой выносливости, собственно-силовой.</p> <p>3. Периодизация тренировочного процесса в фитнесе. Планирование тренировок различной направленности.</p> <p>4. Оздоровительная аэробика. Классификация аэробики. Характеристика различных направлений аэробики. Особенности организации, содержания и методики проведения занятий.</p> <p>5. Шейпинг. Особенности организации, содержания и методики проведения занятий по шейпингу.</p> <p>Занятие 7. Практическое занятие.</p>

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)
		<p>1. Кинезиология основных положений и простейших движений.</p> <p>2. Осанка. Биомеханические особенности ходьбы, бега, прыжков.</p> <p>3. Физиология мышечной деятельности.</p> <p>4. Строение и функции мышц.</p> <p>Занятие 8. Практическое занятие.</p> <p>1. Взаимосвязь между энергией и работой.</p> <p>2. Влияние физических упражнений на обмен веществ и кардио-респираторную систему.</p> <p>3. Составление программ тренировок по заданию и реализация их на занятии с группой студентов.</p> <p>Анализ правильности показа упражнений.</p>
4	Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения.	<p>Занятие 9. Практическое занятие.</p> <p>1. Научно-прикладные аспекты использования восточных оздоровительных систем психофизической рекреации.</p> <p>2. Сравнительный анализ традиционных и нетрадиционных направлений в системе оздоровительно-рекреационной физической культуры.</p> <p>3. Составление программ тренировок по заданию и реализация их на занятии с группой студентов.</p>
5	Специфика профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту в сфере оздоровительного фитнеса.	<p>Занятие 10-11. Практическое занятие.</p> <p>1. Психологические аспекты силового фитнеса. Этика и психология профессиональной деятельности инструктора по фитнесу. Психологическое выгорание.</p> <p>2. Имиджево-презентативные навыки инструктора. Мотивация клиента. Маркетинговые навыки: теория и практика личных продаж.</p> <p>3. Разбор профессиональных ситуаций.</p>
6	Научные основы двигательной активности и оздоровительной тренировки	<p>Занятие 12-13. Практическое занятие.</p> <p>1. Кинезиология основных положений и простейших движений. Осанка. Биомеханические особенности ходьбы, бега, прыжков.</p> <p>2. Физиология мышечной деятельности. Строение и функции мышц. Взаимосвязь между энергией и работой. Влияние физических упражнений кардио-респираторную систему.</p> <p>3. Составление программ тренировок по заданию и реализация их на занятии с группой студентов.</p> <p>Анализ правильности показа упражнений.</p>
7	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	<p>Занятие 14-15. Практическое занятие.</p> <p>1. Оценка морфофункционального состояния и резервных возможностей организма;</p> <p>2. Оценка физической работоспособности (общей и специальной);</p> <p>3. Оценка психомоторных способностей.</p> <p>4. Методика самоконтроля за психофизическим</p>

№ п/п	Тема (раздел)	Содержание темы (раздела)
		состоянием в системе оздоровительной физической культуры.

Образцы контрольных заданий для проведения текущего контроля успеваемости по дисциплине.

Конспектирование материала по экзаменационным вопросам. Конспектирование учебно-методических и научных работ по вопросам экзамена предполагает работу с литературными источниками, интернет ресурсами, их самостоятельное прочтение для подготовки к сдаче зачёта. Конспектирование работ выполняется письменно, без использования текстовых редакторов. К критериям оценивания выполненного конспекта относятся логичность, полнота, лаконичность. Возможно использование опорных конспектов.

Подготовка и защита докладов по практическим занятиям. Время доклада должно быть не более 5-ти минут. В вопросе отражается основная суть материала с исторической точки зрения. Доклад сопровождается презентацией на 5-7 слайдов. Слайды выполняют роль дополнительного информационного материала к докладу.

Вопросы по подготовке и защите докладов по практическим занятиям представлены в таблице 3 в темах практических занятий, пример занятия №2.

Занятие 2. Практическое занятие.

1. Тесная связь состояния здоровья и физической работоспособности с образом жизни, объемом и характером повседневной двигательной активности.

2. Выбор методики занятий физическими упражнениями с оздоровительной направленностью.

Примерная тематика контрольных работ

1. Организация, содержание и особенности проведения занятий в группах здоровья.
2. Особенности физкультурно-оздоровительной тренировки женщин.
3. Основы планирования и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы.
4. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия: виды, организация, особенности проведения.
5. Пропаганда массовой физкультурно-спортивной и оздоровительной работы: формы, особенности деятельности.
6. Массовая физкультурно-оздоровительная работа в рекреационных зонах.
7. Специфика занятий по системе «Изотон»: структура, содержание, особенности питания.
8. Характеристика авторских систем оздоровления.
9. Характеристика систем дыхательных упражнений.
10. Учёт особенностей телосложения в физкультурно-оздоровительной тренировке
11. Особенности питания в физкультурно-оздоровительной тренировке различными видами ФОР с силовой направленностью.
12. Основы планирования и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы.
13. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия: виды, организация, особенности проведения.

5. Учебно-методическое обеспечение и планирование самостоятельной работы обучающихся

Таблица 4

№	Разделы и темы для самостоятельного изучения	Формы СРС, включая требования к подготовке занятий
1	Оздоровительная направленность как важнейший принцип физического воспитания.	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
2	Содержательные основы оздоровительной физической культуры.	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
3	Характеристика физкультурно-оздоровительных методик и систем.	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
4	Интеграция нетрадиционных средств и систем физических упражнений в сфере оздоровительно-рекреационной физической культуры различных групп населения.	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
5	Специфика профессиональной деятельности специалистов по физической культуре и спорту в сфере оздоровительного фитнеса.	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
6	Научные основы двигательной активности и оздоровительной тренировки	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
7	Основы построения оздоровительной тренировки	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.
8	Оценка состояния здоровья и физической подготовленности занимающихся оздоровительной физической культурой	Чтение литературы (учебника, дополнительной литературы), аналитическая обработка текста. Подготовка конспекта по зачетным вопросам. Подготовка доклада по практическим занятиям.

6. Промежуточная аттестация по дисциплине (модулю)

6.1. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине – устный ответ. Ниже приведен примерный перечень вопросов экзамена. Билет включает два вопроса.

Примерные вопросы к зачету

1. Понятие, структура индивидуального здоровья, характеристика компонентов; основы комплексной диагностики индивидуального здоровья.

2. Понятие физической рекреации.
3. Цели и задачи физической рекреации.
4. Способы регламентации нагрузок.
5. Факторы, влияющие на величину и характер срочного тренировочного эффекта рекреационных занятий.
6. Принципы физкультурно-оздоровительной тренировки.
7. Средства коррекции психофизиологического состояния.
8. Обучение двигательному действию: этапы, задачи, методы, особенности.
9. Сущностные аспекты физической рекреации.
10. Методика самоконтроля за психофизическим состоянием в системе оздоровительной физической культуры.
11. Понятие об адаптации: виды, механизмы. Общий адаптационный синдром Г. Селье, стадии.
12. Оздоровительный подход к развитию физических способностей.
14. Общая характеристика оздоровительных видов гимнастики.
15. Характеристика авторских систем оздоровления.
16. Характеристика систем дыхательных упражнений.
17. Характеристика нетрадиционных средств и систем оздоровления.
18. Характеристика восточных систем оздоровления.
19. Аэробика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий.
20. Атлетическая гимнастика в системе оздоровительной тренировки: виды, структура и содержание занятий.
21. Учёт особенностей телосложения в физкультурно-рекреационной тренировке с силовой направленностью.
22. Специфика занятий по системе «Изотон»: структура, содержание, особенности питания.
23. Шейпинг как научная комплексная система оздоровительной физической культуры: принципы, дозирование нагрузки, направленность тренировки, тестирование, питание и т.д.
24. Характеристика стретчинг-системы: задачи, средства, особенности занятий.
25. Понятие тренировки в фитнесе: задачи, средства, особенности проведения.
26. Особенности питания в физкультурно-оздоровительной тренировке различными видами ФОТ.
27. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми дошкольного возраста: направленность; форма организации, содержание.
28. Физкультурно-оздоровительная работа с детьми и подростками: направленность, задачи, формы организации, содержание.
29. Оздоровительная тренировка с лицами молодого возраста (направленность, содержание, методические особенности).
30. Оздоровительная тренировка с лицами зрелого возраста: направленность, содержание, методические особенности.
31. Физкультурно-оздоровительная тренировка с лицами пожилого возраста: направленность, содержание, методические особенности.
32. Массовая физкультурно-оздоровительная работа в рекреационных зонах.
33. Массовая физкультурно-оздоровительная работа с взрослым населением: формы, содержание деятельности (трудовые коллективы, по месту жительства, сельская местность, рекреационные зоны).

34. Организация, содержание и особенности проведения занятий в группах здоровья.
35. Особенности физкультурно-оздоровительной тренировки женщин.
36. Основы планирования и учёта в сфере физкультурно-оздоровительной работы.
37. Массовые физкультурно-спортивные мероприятия: виды, организация, особенности проведения.
38. Пропаганда массовой физкультурно-спортивной и оздоровительной работы: формы, особенности деятельности.
39. Основы самоконтроля при занятиях физической культурой: задачи и содержание. Использование данных самоконтроля в управлении тренировочным процессом.
40. Врачебно-педагогический контроль в процессе физкультурно-оздоровительной тренировки: виды, задачи, содержание, учет возрастных особенностей.
41. Понятие, компоненты и особенности оценки физического состояния в системе физкультурно-оздоровительной деятельности с учетом направленности физкультурно-оздоровительной тренировки.
42. Учет возрастных особенностей в процессе физкультурно-оздоровительной работы.

6.2. Критерии оценивания компетенций:

Карта критериев оценивания компетенций

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)	Оценочные материалы	Критерии оценивания
УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	<p>Знает: способы и приемы работы с информацией; методы стимулирования, структурные элементы, функции, модели критического мышления;</p> <p>Умеет: использовать знание современных проблем науки и образования при решении профессиональных задач; использовать технологии развития критического мышления с целью индивидуализации процесса обучения.</p>	Конспект, доклад, контрольная работа, зачет	<p>Полнота, точность, логическая последовательность устного ответа.</p> <p>Активное участие в учебной дискуссии.</p> <p>Умение приводить примеры, демонстрирующие связь теоретических положений темы с жизнью и деятельностью, практикой</p>
УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	<p>Знает: как определять задачи в рамках поставленной цели;</p> <p>Умеет: выбирать оптимальные способы решения поставленных задач, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений</p>	Конспект, доклад, контрольная работа, зачет	<p>Умение избирательно отбирать, структурировать, схематизировать учебный материал при выполнении СР.</p> <p>Перенос теоретических знаний на практику, умение применить их для выполнения практических заданий</p>
ОПК-3. Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и	Знает: формы, методы и технологии организации учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми	Конспект, доклад, контрольная работа, зачет	

Код и наименование компетенции (из ФГОС ВО)	Компонент (знаниевый/функциональный)	Оценочные материалы	Критерии оценивания
воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	образовательными потребностями. Умеет: определять и формулировать цели и задачи учебной и воспитательной деятельности обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями в соответствии с требованиями ФГОС; проектировать фрагменты индивидуальных образовательных траекторий обучения и развития обучающихся с учетом особых образовательных потребностей в условиях совместной деятельности		
ПК-1. Способен осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся	Знает предметные методики с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся. Умеет осуществлять обучение учебному предмету на основе использования предметных методик с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.	Конспект, доклад, контрольная работа, зачет	

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

7.1. Основная литература:

1. Токарь, Е. В. Физкультурно-оздоровительная технология повышения качества жизни преподавателей вуза: монография / Е. В. Токарь, А. М. Корчевский. — Благовещенск: Амурский государственный университет, 2019. — 172 с. — ISBN 978-5-93493-321-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/103929.html>
2. Физкультурно-оздоровительные технологии: учебное пособие для вузов / В. Л. Кондаков, А. А. Горелов, О. Г. Румба, Е. Н. Копейкина. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 334 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13599-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/466072>

7.2. Дополнительная литература:

1. Димова, А. Л. Базовые виды физкультурно-спортивной деятельности с методикой преподавания: учебник для вузов / А. Л. Димова. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 428 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14068-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/467745>
2. Оздоровительные технологии: учебник / Н. М. Белокрылов, Б. И. Мугерман, А. Н. Налобина [и др.]; под редакцией Л. В. Шарова. — Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Астер, 2015. — 130 с. — ISBN 978-5-9905655-8-6. — Текст:

электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/70643.html>

7.3. Интернет-ресурсы

Не предусмотрены

7.4 Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

1. Лань - <https://e.lanbook.com/>
2. Знаниум - <https://znanium.com/>
3. IPR BOOKS - <http://www.iprbookshop.ru/>
4. eLIBRARY.RU - <https://www.elibrary.ru/>
5. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ) - <https://icdlib.nspu.ru/>
6. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>
7. Ивис - <https://dlib.eastview.com/>
8. Библиотека ТюмГУ - <https://library.utmn.ru/>

8. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Платформа для электронного обучения Microsoft Teams.

Список лицензионного программного обеспечения, установленного в аудиториях: Autodesk 3ds Max 2018, Autodesk AutoCAD 2018, Embarcadero RAD Studio 2010, MatLab R2009a, Microsoft Office 2003, Microsoft Office 2007, Microsoft Office 2010, Microsoft Visual Studio 2012, Microsoft Visual Studio 2012 Expression, Microsoft Visual FoxPro 9.0, Microsoft SQL Server 2005, Windows, Dr. Web, Конструктор тестов 2.5 (Keepsoft), Adobe Design Premium CS4, Corel Draw Graphics Suite X5, Introduction to Robotics, LEGO MINDSTORMS Edu NXT 2.0, Robolab 2.9.

9. Технические средства и материально-техническое обеспечение дисциплины

Для обеспечения данной дисциплины имеются:

– Аудитория для проведения лекционных и семинарских занятий с техническими средствами обучения (мультимедиа);

– Для использования электронных изданий обучающиеся обеспечены рабочим местом в компьютерном классе с выходом в Интернет в соответствии с объемом изучаемых дисциплин. Доступ к сети Интернет имеют 100 % компьютерных рабочих мест.

– Список бесплатного и условно-бесплатного программного обеспечения, установленного в аудиториях: 7-Zip, Adobe Acrobat Reader, Advanced Grapher, Free Pascal, GIMP, Lazarus, Model Vision Studium, Google Chrome, Mozilla Firefox, Open Office.org, UV Screen Camera, UV Sound Recorder, SMath Studio Desktop, Scilab, Inkscape, My Test X, WinVDIG, Oracle Virtual Box, Adobe Media Player, Kompozer. Список лицензионного программного обеспечения, установленного в аудиториях: Autodesk 3ds Max 2018, Autodesk AutoCAD 2018, Embarcadero RAD Studio 2010, MatLab R2009a, Microsoft Office 2003, Microsoft Office 2007, Microsoft Office 2010, Microsoft Visual Studio 2012, Microsoft Visual Studio 2012 Expression, Microsoft Visual FoxPro 9.0, Microsoft SQL Server 2005, Windows XP Professional, Windows 7, Windows 10, Dr. Web, Конструктор тестов 2.5 (Keepsoft), Adobe Design Premium CS4, Corel Draw Graphics Suite X5, Introduction to Robotics, LEGO MINDSTORMS Edu NXT 2.0, Robolab 2.9.

– Все специализированные аудитории на 100% используются в учебном процессе. В компьютерных классах для учебного процесса применяются специализированные компьютерные программы. Все используемое программное обеспечение является лицензионным, что подтверждается наличием копий договоров с правообладателем.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа № 23 на 34 посадочных мест оснащена следующими техническими средствами обучения и

оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное аудиовизуальное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

– Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.

Мультимедийная учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа № 24 на 30 посадочных мест оснащена следующими техническими средствами обучения и оборудованием: учебная мебель, доска аудиторная, мультимедийное аудиовизуальное оборудование, персональный компьютер.

На ПК установлено следующее программное обеспечение:

– Офисное ПО: операционная система MS Windows, офисный пакет MS Office, платформа MS Teams, офисный пакет LibreOffice, антивирусное ПО Dr. Web.

Обеспечено проводное подключение ПК к локальной сети и сети Интернет.