

Документ подписан простой электронной подписью
 Информация о владельце:
 ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
 Должность: РЕКТОР
 Дата подписания: 14.04.2022 09:39:56
 Уникальный программный ключ:
 9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16




МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

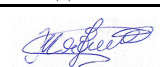
Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.О	Элективные курсы по физической культуре и спорту

Код направления подготовки	44.03.05
Направление подготовки	Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Физическая культура. Безопасность жизнедеятельности
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	заочная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Старший преподаватель			Шакамалов Геннадий Мавлитович

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	9	01.07.2019	
Кафедра теории и методики физической культуры и спорта	Жабakov Владислав Ермекбаевич	2	17.09.2020	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	7
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	21
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	23
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	27
7. Перечень образовательных технологий	29
8. Описание материально-технической базы	30

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» относится к модулю обязательной части Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 44.03.05 «Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является обязательной к изучению.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 9,11 з.е., 328 час.

1.3 Изучение дисциплины «Элективные курсы по физической культуре и спорту» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Гигиена физического воспитания и спорта», «Педагогика физической культуры», «Повышение спортивного мастерства».

1.4 Дисциплина «Элективные курсы по физической культуре и спорту» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Адаптация организма спортсмена к физическим нагрузкам», «Воспитательная работа в сфере физической культуры», «Юношеский спорт», «Спорт высших достижений», «Теория и методика гимнастики», «Физкультурно - педагогическая деятельность», «Профессиональная деятельность спортивного педагога», «Педагогический контроль в физическом воспитании и спорте», «Здоровый и безопасный образ жизни», «Организационно - методические основы занятий циклическими видами спорта со школьниками», «Организационно - методические основы занятий спортивными играми со школьниками».

1.5 Цель изучения дисциплины:

Развитие знаний, умений и навыков выполнения физических упражнений, организации занятий физической культурой и спортом, а также методом контроля за физической подготовленностью занимающихся.

1.6 Задачи дисциплины:

- 1) Совершенствование знаний по организации и проведению занятий физической культурой и спортом.
- 2) Формирование умений и навыков проведения занятий физическим воспитанием с различным контингентом занимающихся.
- 3) Обучение методике проведения занятий по различным видам физической культуры и спорта.

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ОПК-7 способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ
	ОПК.7.1 Знать субъектов образовательных отношений, закономерности и принципы их взаимодействия в рамках реализации образовательных программ.
	ОПК.7.2 Уметь выбирать формы, методы, приемы организации взаимодействия участников образовательных отношений
	ОПК.7.3 Владеть методами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.
2	УК-7 способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.
	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.
	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
1	ОПК.7.1 Знать субъектов образовательных отношений, закономерности и принципы их взаимодействия в рамках реализации образовательных программ.	3.1 знание физических возможностей занимающихся физической культурой и спортом.
2	ОПК.7.2 Уметь выбирать формы, методы, приемы организации взаимодействия участников образовательных отношений	У.1 умение выбирать методы и средства физического воспитания с занимающимися различной подготовленности и возраста.

3	ОПК.7.3 Владеть методами взаимодействия с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ.	В.1 владеть методами управления физкультурно-спортивным занятием.
1	УК.7.1 Знает роль и значение физической культуры в развитии общества и человека в современном мире, в ведении здорового образа жизни.	З.2 знание роли и значения занятий физической культурой и спортом в современном обществе.
2	УК.7.2 Умеет использовать различные виды физических упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; проводить самоконтроль и саморегуляцию физических и психических состояний.	У.2 умение проводить занятия физическими упражнениями, а также осуществлять контроль за физической подготовленностью.
3	УК.7.3 Владеет средствами и методами укрепления индивидуального здоровья для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	В.2 владение средствами и методами физического воспитания и спорта.

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Итого часов
	СРС	
Итого по дисциплине	324	324
Первый период контроля		
<i>Теоретические основы занятий физической культурой и спортом</i>	20	20
Методы физического воспитания	4	4
Средства физического воспитания	4	4
Закономерности физического воспитания	4	4
Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом	4	4
Организация и проведение спортивных мероприятий	4	4
<i>Прикладная физическая подготовка</i>	48	48
Организационно-методические основы прикладной физической подготовки	4	4
Межпредметные связи прикладной физической подготовки	4	4
Взаимосвязь урочной и внеурочной прикладной физической подготовки	4	4
Физическая и техническая подготовка	4	4
Профессионально-прикладная физическая подготовка	4	4
Спортивная подготовка в системе физического воспитания	4	4
Методы прикладной физической подготовки	4	4
Воспитание физических качеств	4	4
Общая физическая подготовка	4	4
Связь физического воспитания с другими видами воспитания	4	4
Задачи прикладной физической культуры	4	4
Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов	4	4
<i>Организация и методика занятий легкой атлетикой</i>	64	64
Техника бега на короткие дистанции	4	4
Физическая подготовка в беге на короткие дистанции	4	4
Техника бега на средние дистанции	4	4
Физическая подготовка в беге на средние дистанции	4	4
Техника бега на длинные дистанции	4	4
Физическая подготовка в беге на длинные дистанции	4	4
Особенности обучения бегу в общеобразовательной школе	4	4
Построение многолетней подготовки в беге	4	4
Характеристика метания копья	4	4
Тренировка в прыжках в высоту	4	4
Тренировка прыжков в длину	4	4
Физическая подготовка в легкоатлетическом многоборье	4	4
Построение тренировки в легкоатлетическом многоборье	4	4
Особенности метаний в общеобразовательной школе	4	4
Программа легкоатлетической подготовки школьников	4	4
Правила поведения на легкоатлетическом стадионе	4	4
<i>Организация и методика занятий спортивными играми</i>	60	60
Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе	4	4
Планирование тренировочного процесса в баскетболе	4	4
Контроль за подготовленностью в баскетболе	4	4
Теоретическая подготовка в баскетболе	4	4

Техническая подготовка игроков в баскетбол	4	4
Судейство в баскетболе	4	4
Характеристика волейбола	4	4
Правила игры в волейбол	4	4
Техническая подготовка в волейболе	4	4
Физическая подготовка в волейболе	4	4
Тактическая подготовка волейболистов	4	4
Формирование команды для игры в волейбол	4	4
Пляжный волейбол	4	4
Спортивный инвентарь для занятий волейболом	4	4
Волейбол как прикладной вид спорта	4	4
Методика занятий фитнесом	24	24
Понятие фитнеса	4	4
Силовые виды фитнеса	4	4
Спортивная и оздоровительная аэробика	4	4
Методика занятий шейпингом	4	4
Водные виды фитнеса	4	4
Питание при занятиях фитнесом	4	4
Итого по видам учебной работы	216	216
Форма промежуточной аттестации		
не предусмотрена		-
Итого за Первый период контроля		216
Второй период контроля		
Методика занятий гимнастикой	56	56
Гимнастика в системе физического воспитания	4	4
Гимнастическая терминология	4	4
Характеристика спортивной гимнастики	4	4
Характеристика художественной гимнастики	4	4
Гимнастические элементы и их соединения	4	4
Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой	4	4
Контроль за подготовкой в гимнастике	4	4
Характеристика оздоровительных видов гимнастики	4	4
Методика занятий дыхательной гимнастикой	4	4
Гигиеническая гимнастика	4	4
Рекреационные виды гимнастики	4	4
Восточные виды гимнастики	4	4
Влияние занятий гимнастикой на здоровье человека	4	4
Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой	4	4
Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом	52	52
Спортивный туризм в России	4	4
Характеристика спортивного и рекреационного туризма	4	4
Пешеходный туризм	4	4
Водный туризм	4	4
Горный туризм	4	4
Лыжный туризм	4	4
Ориентирование на местности	4	4
Тренировочный процесс в туризме	4	4
Особенности подготовки в спортивном туризме и ориентировании	4	4
Техническая и физическая подготовка	4	4
Туристский инвентарь и оборудование	4	4
Правила поведения в лесу	4	4
Составление маршрута в ориентировании	4	4
Итого по видам учебной работы	108	108
Форма промежуточной аттестации		
Зачет		4
Итого за Второй период контроля		112

3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Теоретические основы занятий физической культурой и спортом	20
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: 3.1 (ОПК.7.1) УК-7: 3.2 (УК.7.1)	
1.1. Методы физического воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Методы воспитания физических качеств. 2 Методы обучения двигательным действиям. 3 Методы управления физической нагрузкой. Задание. Написать реферат "Методы физического воспитания". Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 21, 22, 23 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.2. Средства физического воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Средства общей физической подготовки. 2 Средства специальной физической подготовки. 3 Оздоровительные силы природы и закаливание. Задание. Написать реферат "Средства физического воспитания". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 5, 8, 9, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.3. Закономерности физического воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Принципы индивидуализации тренировочных воздействий. 2 Закономерности варьирования тренировочных и соревновательных нагрузок. 3 Принцип системности и систематичности. Задание. Написать реферат "Принципы физического воспитания". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4, 10, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2	4
1.4. Правила безопасности на занятиях физической культурой и спортом Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Правила нахождения на спортивной площадке. 2 Правила занятий в спортивном зале. 3 Правила переноса и использования спортивного инвентаря. Задание. Написать реферат "Правила поведения в спортивном зале". Учебно-методическая литература: 1, 3, 4, 5, 7, 8, 18, 19, 21, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.5. Организация и проведение спортивных мероприятий Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Виды спортивных мероприятий. 2 Особенности проведения спортивных мероприятий по физическому воспитанию и спорту. 3 Показательные выступления. Задание. Написать реферат "Составление положения о спортивных соревнованиях". Учебно-методическая литература: 8, 9, 15, 16, 17, 19, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
2. Прикладная физическая подготовка	48

Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: 3.1 (ОПК.7.1), У.1 (ОПК.7.2) УК-7: У.2 (УК.7.2)	
2.1. Организационно-методические основы прикладной физической подготовки Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Анализ правовых и нормативных документов по физической культуре 2 Учебные программы по физической культуре по видам спорта, способы их построения и применение в учебно-воспитательной работе общеобразовательной школы. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Организационно-методические основы прикладной физической подготовки". Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 23 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
2.2. Межпредметные связи прикладной физической подготовки Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Анализ правовых и нормативных документов по физической культуре 2 Учебные программы по физической культуре по видам спорта, способы их построения и применение в учебно-воспитательной работе общеобразовательной школы. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Роль и значение прикладной физической подготовки". Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 23	4
2.3. Взаимосвязь урочной и внеурочной прикладной физической подготовки Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Уровни и формы организации системы внеурочной работы по прикладной физической культуре в образовательных учреждениях. и формы организации системы внеурочной работы по прикладной физической культуре в образовательных учреждениях. 2 Методические особенности физкультурно-оздоровительных и спортивно – массовых мероприятий. 3 Характеристика внеурочных форм прикладной физической культуры по видам спорта школьной программы. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Урочная и внеурочная работа по прикладной физической подготовке". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 18, 19, 20, 21	4
2.4. Физическая и техническая подготовка Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Развитие физических и двигательных способностей. 2 Обучение технике выполнения зачетных нормативов и основам спортивной техники по прикладной физической культуре. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Физическая и техническая подготовка". Учебно-методическая литература: 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2	4
2.5. Профессионально-прикладная физическая подготовка Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Развитие физических качеств, двигательных умений и навыков, функциональных возможностей. 2 Воспитание профессионально важных психофизических качеств. Задание. Подготовить реферат "Профессионально-прикладная физическая подготовка". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2	4

<p>2.6. Спортивная подготовка в системе физического воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Характеристика спорта и спортивной подготовки. 2 Массовый и профессиональный спорт.</p> <p>Задание. Подготовить реферат "Спортивная подготовка в системе физического воспитания". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 18, 19, 20, 21</p>	4
<p>2.7. Методы прикладной физической подготовки Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Метод регламентированного упражнения. 2 Игровой метод. 3 Соревновательный метод. 4 Использование словесных и сенсорных методов. 5 Основы обучения движениям (техническая подготовка).</p> <p>Задание. Подготовить реферат "Методы прикладной физической подготовки". Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 21</p>	4
<p>2.8. Воспитание физических качеств Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Воспитание выносливости, силы, быстроты, ловкости (координации движений), гибкости. 2 Формирование психических качеств, черт и свойств личности в процессе физического воспитания.</p> <p>Задание. Подготовить реферат "Процесс воспитания физических качеств в прикладной физической культуре". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 6, 7, 18, 19, 20, 21, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.9. Общая физическая подготовка Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Цели и задачи ОФП. 2 Упражнения ОФП. 3 Профессионально-прикладная физическая подготовка как разновидность специальной физической подготовки.</p> <p>Задание. Подготовить таблицу "Упражнения общей физической подготовки". Учебно-методическая литература: 8, 10, 19, 20, 21, 22 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>2.10. Связь физического воспитания с другими видами воспитания Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Технология воспитательной деятельности педагога по прикладной физической культуре. 2 Характеристика прикладной физической культуры. 3 Структура физического воспитания, ее составные части и подсистемы: цель, задачи, принципы, направления, организационные формы.</p> <p>Задание. Подготовить таблицу "Связь физического воспитания с другими видами воспитания". Учебно-методическая литература: 7, 11, 13, 14, 18, 19, 20, 21</p>	4
<p>2.11. Задачи прикладной физической культуры Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Взаимосвязь формы и содержания занятий, динамика работоспособности на занятиях, характеристика их структуры. 2 Характеристика урока как основной формы организаций занятий.</p> <p>Задание. Подготовить таблицу "Задачи прикладной физической культуры". Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 7, 12, 13, 14, 18, 19, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4

<p>2.12. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Определение понятия ППФП, ее цели и задачи. 2 Место ППФП в системе физического воспитания. 3 Основные факторы, определяющие конкретное содержание ППФП студентов. 4 Дополнительные факторы, влияющие на содержание ППФП. 5 Методика подбора средств ППФП. 6 Организация, формы и средства ППФП в вузе. ППФП студентов на учебных занятиях и во внеучебное время. 7 Система контроля профессионально-прикладной физической подготовленности студентов. <p>Задание. Подготовить таблицу "Виды профессионально-прикладной подготовки студентов".</p> <p>Учебно-методическая литература: 1, 2, 18, 19, 20, 21</p>	4
<p>3. Организация и методика занятий легкой атлетикой</p>	64
<p>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</p> <p>ОПК-7: В.1 (ОПК.7.3)</p> <p>УК-7: В.2 (УК.7.3)</p>	
<p>3.1. Техника бега на короткие дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика бега на короткие дистанции. 2 Низкий старт. 3 Техника финиширования. <p>Задание. Подготовить конспект "Техника бега на короткие дистанции".</p> <p>Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 21</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>3.2. Физическая подготовка в беге на короткие дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика физических качеств. 2 Воспитание скоростно-силовых качеств. 3 Специально-подготовительные упражнения. <p>Задание. Подготовить конспект "Физическая подготовка в беге на короткие дистанции".</p> <p>Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>3.3. Техника бега на средние дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика бега на средние дистанции. 2 Отработка старта. 3 Техника финиширования. <p>Задание. Подготовить конспект "Техника бега на средние дистанции".</p> <p>Учебно-методическая литература: 4, 5, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>3.4. Физическая подготовка в беге на средние дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика ведущих физических качеств. 2 Воспитание скоростной выносливости. 3 Специально-подготовительные упражнения в беге на средние дистанции. <p>Задание. Подготовить конспект "Физическая подготовка в беге на средние дистанции".</p> <p>Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4

<p>3.5. Техника бега на длинные дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика ведущих физических качеств. 2 Воспитание скоростной выносливости. 3 Специально-подготовительные упражнения в беге на средние дистанции. <p>Задание. Подготовить конспект "Техника бега на длинные дистанции". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>3.6. Физическая подготовка в беге на длинные дистанции</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Особенности физической подготовки в беге на длинные дистанции. 2 Тренировка выносливости. 3 Специально-подготовительные упражнения в беге на длинные дистанции. <p>Задание. Подготовить конспект "Физическая подготовка в беге на длинные дистанции". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>3.7. Особенности обучения бегу в общеобразовательной школе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Виды бега в общеобразовательных школах. 2 Характеристика техники бега школьников разного возраста. 3 Воспитание физических качеств в процессе беговой подготовки школьников. <p>Задание. Подготовить доклад "Особенности обучения бегу в общеобразовательной школе". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20, 21</p>	4
<p>3.8. Построение многолетней подготовки в беге</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Планирование и содержание беговой подготовки. 2 Взаимосвязь технической и физической подготовки в беге. 3 Анализ программы и стандарта по виду спорта. <p>Задание. Подготовить доклад "Построение многолетней подготовки в беге". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>3.9. Характеристика метания копья</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика метания копья и его особенности. 2 Техника метания. 3 Физическая подготовка в метании копья. <p>Задание. Подготовить доклад "Характеристика метания копья". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>3.10. Тренировка в прыжках в высоту</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника прыжков в высоту. 2 Физическая подготовка в прыжках в высоту. 3 Методика обучения технике прыжков в высоту. <p>Задание. Подготовить доклад "Тренировка в прыжках в высоту". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4

<p>3.11. Тренировка прыжков в длину Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Техника прыжков в длину. 2 Физическая подготовка в прыжках в длину. 3 Методика обучения технике прыжков в длину.</p> <p>Задание. Подготовить доклад "Тренировка в прыжках в длину". Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>3.12. Физическая подготовка в легкоатлетическом многоборье Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Характеристика легкоатлетического многоборья. 2 Силовая подготовка многоборцев. 3 Воспитание выносливости в многоборцев. 4 Специальная физическая подготовка в многоборье.</p> <p>Задание. Подготовить доклад "Физическая подготовка в многоборье". Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>3.13. Построение тренировки в легкоатлетическом многоборье Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Планирование и содержание подготовки в многоборье. 2 Взаимосвязь различных видов подготовки в многоборье. 3 Интегрированная подготовка многоборцев.</p> <p>Задание. Выполнить физическое упражнение: бег 1000 м. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>3.14. Особенности метаний в общеобразовательной школе Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Виды метаний в общеобразовательных школах. 2 Метание гранаты и нормативы. 3 Метание набивного мяча.</p> <p>Задание. Выполнить физическое упражнение: метание гранаты - 10 раз. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>3.15. Программа легкоатлетической подготовки школьников Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Программа урока физической культуры по легкой атлетике. 2 Особенности проведения занятий на открытых спортивных площадках. 3 Программа функционирования спортивных секций по легкой атлетике.</p> <p>Задание. Выполнить упражнение: пробежать 60 метров 3 раза. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20</p>	4
<p>3.16. Правила поведения на легкоатлетическом стадионе Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Правила преодоления беговых дорожек. 2 Правила обхода зоны тренировки метателей. 3 Установки спортивного инвентаря.</p> <p>Задание. Выполнить упражнение: бег с подниманием ног вперед - 3х60 метров. Учебно-методическая литература: 3, 4, 18, 19, 20</p>	4
<p>4. Организация и методика занятий спортивными играми</p>	60
<p>Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2) УК-7: В.2 (УК.7.3), У.2 (УК.7.2)</p>	

<p>4.1. Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Теоретико-методические основы построения тренировочного процесса в баскетболе.</p> <p>2 Определение объема и интенсивности физических нагрузок.</p> <p>3 Особенности технико-тактической подготовки баскетболистов.</p> <p>Задание. Написать конспект "Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе".</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>4.2. Планирование тренировочного процесса в баскетболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Тематическое планирование в баскетболе.</p> <p>2 Текущее планирование.</p> <p>3 Оперативное планирование подготовки баскетболистов.</p> <p>Задание. Написать конспект "Планирование тренировочного процесса в баскетболе".</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20</p>	4
<p>4.3. Контроль за подготовленностью в баскетболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Педагогический контроль.</p> <p>2 Врачебный контроль.</p> <p>3 Тестирование в баскетболе.</p> <p>Задание. Написать конспект "Контроль за процессом подготовки в баскетболе".</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20, 22</p>	4
<p>4.4. Теоретическая подготовка в баскетболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Анализ технических приемов в баскетболе.</p> <p>2 Физическая подготовка.</p> <p>3 Построение тренировки.</p> <p>Задание. Написать конспект "Теоретическая подготовка баскетболистов".</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>4.5. Техническая подготовка игроков в баскетбол</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Отработка техники ведения мяча.</p> <p>2 Отработка бросков.</p> <p>3 Передачи мяча.</p> <p>Задание. Выполнить упражнение: трехочковый бросок - 10 раз.</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 18, 19, 20</p>	4
<p>4.6. Судейство в баскетболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>1 Правила судейства в баскетболе.</p> <p>2 Определение судей в баскетболе.</p> <p>3 Распределение команд в турнирной таблице.</p> <p>Задание. Выполнить упражнение: показать жесты судей в баскетболе.</p> <p>Учебно-методическая литература: 5, 6, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4

<p>4.7. Характеристика волейбола</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Классический волейбол 6х6; 2 Пляжный волейбол 2х2; 3х3; 3 Мини-волейбол; 4 Массовый волейбол. <p>Задание. Выполнить упражнение: набивание мяча над собой - 10 раз.</p> <p>Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>4.8. Правила игры в волейбол</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Игровое поле. 2 Сетки и стойки. 3 Мячи. 4 Участники игры. 5 Игровой формат. 6 Игровые действия. 7 Судьи, их обязанности и официальные сигналы. 8 Организация и проведение соревнований. 9 Виды соревнований. 10 Особенности проведения соревнований. <p>Задание. Подготовить доклад "Правила игры в волейбол".</p> <p>Учебно-методическая литература: 7, 8</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>4.9. Техническая подготовка в волейболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техническая подготовка волейболистов как основа тренировки. 2 Приемы подачи и приема мяча. 3 Техника передачи мяча в волейболе. <p>Задание. Подготовить доклад "Техническая подготовка в волейболе".</p> <p>Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>4.10. Физическая подготовка в волейболе</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Развитие скоростных качеств, быстроты ответных действий. 2 Упражнения для развития прыгучести. 3 Упражнения для развития качеств, необходимых для специальных приемов игры. <p>Задание. Подготовить доклад "Физическая подготовка в волейболе".</p> <p>Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>4.11. Тактическая подготовка волейболистов</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Индивидуальные тактические действия в нападении. 2 Групповые тактические действия в нападении. 3 Командные тактические действия в нападении. 4 Индивидуальные тактические действия в защите. 5 Групповые тактические действия в защите. 6 Командные тактические действия в защите. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Тактическая подготовка волейболистов".</p> <p>Учебно-методическая литература: 7, 8, 18, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4

4.12. Формирование команды для игры в волейбол Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Распределение занимающихся по командам. 2 Проведение соревнований. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Формирование команды для игры в волейбол". Учебно-методическая литература: 7, 8	4
4.13. Пляжный волейбол Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Особенности поля. 2 Количество игроков в команде. 3 Правила пляжного волейбола. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Пляжный волейбол". Учебно-методическая литература: 7, 8 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
4.14. Спортивный инвентарь для занятий волейболом Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Определение количества необходимого инвентаря для занятий волейболом. 2 Регулировка высоты сетки. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Спортивный инвентарь для занятий волейболом". Учебно-методическая литература: 7, 8 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
4.15. Волейбол как прикладной вид спорта Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Занятие волейболом в зрелом возрасте. 2 Волейбол как средство профессионально-прикладной физической подготовки. Задание. Подготовиться к контрольной работе "Волейбол как прикладной вид спорта". Учебно-методическая литература: 1, 2, 7, 8	4
5. Методика занятий фитнесом	24
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2) УК-7: У.2 (УК.7.2), В.2 (УК.7.3)	
5.1. Понятие фитнеса Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Фитнес в античной концепции здоровья. 2 Оздоровительные системы Востока. 3 Оздоровительные системы в Европе XIX–XX вв. 4 Оздоровительная физическая культура в Америке. 5 Первые системы аэробики и их эволюция. 6 Групповые программы фитнеса. Задание. Подготовить проект "Методика занятий фитнесом". Учебно-методическая литература: 8, 9, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4
5.2. Силовые виды фитнеса Задание для самостоятельного выполнения студентом: 1 Методика занятий бодибилдингом. 2 Методика занятий кроссфитом. Задание. Подготовить проект "Силовые виды фитнеса". Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2	4

<p>5.3. Спортивная и оздоровительная аэробика</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика оздоровительной аэробики. 2 Характеристика спортивной аэробики. 3 Влияние оздоровительной аэробики на организм занимающихся. <p>Задание. Подготовить проект "Методика занятий спортивной аэробикой".</p> <p>Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>5.4. Методика занятий шейпингом</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика шейпинга. 2 Особенности построения программы для занятий шейпингом. 3 Определение интенсивности физической нагрузки на занятиях шейпингом. <p>Задание. Подготовить проект "Методика занятий шейпингом".</p> <p>Учебно-методическая литература: 8, 9, 18, 19, 20</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>5.5. Водные виды фитнеса</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Понятие и содержание занятий аквааэробикой. 2 Плавание как средство кондиционной тренировки. <p>Задание. Выполнить упражнение: приседание со штангой на плечах - 20 раз.</p> <p>Учебно-методическая литература: 8, 9, 18, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>5.6. Питание при занятиях фитнесом</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Расчет калорийности питания на вес тела и интенсивность физической нагрузки. 2 Соотношение белков, жиров и углеводов в питании спортсмена. <p>Задание. Выполнить упражнение: отжимание от пола - 20 раз; выпрыгивания из приседа - 10 раз.</p> <p>Учебно-методическая литература: 9, 10, 18, 19, 20, 21</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
6. Методика занятий гимнастикой	56
<p>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</p> <p>ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2), В.1 (ОПК.7.3)</p>	
<p>6.1. Гимнастика в системе физического воспитания</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Задачи, средства и методические особенности гимнастики. 2 Классификация видов гимнастики. <p>Задание. Подготовить конспект "Гимнастика в системе физического воспитания".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13</p>	4
<p>6.2. Гимнастическая терминология</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика гимнастической терминологии. 2 Требования к гимнастической терминологии. 3 Способы образования и классификация терминов. 4 Правила гимнастической терминологии. 5 Термины строевых упражнений. 6 Термины общеразвивающих упражнений. <p>Задание. Подготовить конспект "Гимнастическая терминология".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14</p>	4

<p>6.3. Характеристика спортивной гимнастики</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Упражнения на снарядах гимнастического многоборья. 2 Упражнения на гимнастической стенке. 3 Упражнения на батуте. 4 Акробатическая подготовка в спортивной гимнастике. <p>Задание. Подготовить конспект "Характеристика спортивной гимнастики".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 13, 14</p>	4
<p>6.4. Характеристика художественной гимнастики</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика художественной гимнастики. 2 Упражнения с предметами художественной гимнастики. 3 Упражнения со скакалкой. 4 Упражнения в команде. <p>Задание. Подготовить конспект "Характеристика художественной гимнастики".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13</p>	4
<p>6.5. Гимнастические элементы и их соединения</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Упражнения на снарядах гимнастического многоборья. 2 Составление комбинации. 3 Отработка соединений гимнастических и акробатических элементов. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Гимнастические элементы и их соединения".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14</p>	4
<p>6.6. Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Гигиенические требования и правила эксплуатации спортивных залов. 2 Характеристика гимнастических снарядов и вспомогательного оборудования. 3 Правила эксплуатации спортивных залов и оборудования. 4 Подготовка снаряда к тренировке. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14, 18</p>	4
<p>6.7. Контроль за подготовкой в гимнастике</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Обеспечение врачебного контроля на занятиях гимнастикой. 2 Оценка физического состояния занимающихся гимнасток. 3 Подсчет количества гимнастических элементов. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Контроль за подготовкой в гимнастике".</p> <p>Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 22, 23</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>6.8. Характеристика оздоровительных видов гимнастики</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Оздоровительные виды гимнастики. 2 Физиологическое значение занятий оздоровительной гимнастикой. 3 Значение оздоровительных видов гимнастики в поддержании активного долголетия. <p>Задание. Выполнить упражнения: растягивание плечевого пояса.</p> <p>Учебно-методическая литература: 10, 11, 12, 13, 14</p>	4

<p>6.9. Методика занятий дыхательной гимнастикой</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика дыхательной гимнастики. 2 Упражнения дыхательной гимнастики. 3 Комплексы дыхательной гимнастики. 4 Оздоровительное значение дыхательной гимнастики. <p>Задание. Выполнить упражнение: дыхательные упражнения. Учебно-методическая литература: 9, 10, 14 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>6.10. Гигиеническая гимнастика</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Виды гигиенической гимнастики. 2 Гиподинамия и ее продолжение с помощью упражнений гигиенической гимнастики. 3 Комплексы гигиенической гимнастики для различных групп населения. <p>Задание. Выполнить упражнение: утренняя гимнастика. Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14, 18, 19, 20, 21 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>6.11. Рекреационные виды гимнастики</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Понятие рекреационной гимнастики. 2 Применение рекреационной гимнастики. 3 Комплексы и методика проведения занятий рекреационной гимнастики. <p>Задание. Подготовить доклад "Рекреационные виды гимнастики". Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14</p>	4
<p>6.12. Восточные виды гимнастики</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Особенности философии восточных видов гимнастики. 2 Йога. 3 Ушу. 4 Влияние занятий восточными видами гимнастики на здоровье занимающихся. <p>Задание. Подготовить доклад "Восточные виды гимнастики". Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 14</p>	4
<p>6.13. Влияние занятий гимнастикой на здоровье человека</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Физиологическое значение занятий оздоровительной гимнастикой. 2 Значение оздоровительных видов гимнастики в поддержании активного долголетия. <p>Задание. Подготовить доклад "Влияние занятий гимнастикой на здоровье человека". Учебно-методическая литература: 10, 11, 12, 13, 21, 22, 23</p>	4
<p>6.14. Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Подготовка зала для занятий оздоровительными видами гимнастики. 2 Оборудование и сертификация для занятий оздоровительной гимнастикой. 3 Физическая подготовка на занятиях оздоровительными видами гимнастики. <p>Задание. Подготовить доклад "Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой". Учебно-методическая литература: 11, 12, 13, 21, 22</p>	4
7. Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом	52
<p>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</p> <p>ОПК-7: У.1 (ОПК.7.2), В.1 (ОПК.7.3) УК-7: В.2 (УК.7.3)</p>	

<p>7.1. Спортивный туризм в России</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 История и этапы развития спортивного туризма в России. 2 Значение спортивного туризма в физкультурно-спортивном движении России. 3 Спортивный туризм как массовый вид спорта. <p>Задание. Подготовить конспект "Спортивный туризм в России".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 19</p>	4
<p>7.2. Характеристика спортивного и рекреационного туризма</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Характеристика спортивного туризма как вида спорта. 2 Характеристика рекреационного туризма. <p>Задание. подготовить конспект "Характеристика спортивного туризма".</p> <p>Учебно-методическая литература: 16, 17, 18, 19</p>	4
<p>7.3. Пешеходный туризм</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Основные препятствия в пешеходном туризме. 2 Правила переноски гурзов. 3 Ориентирование на местности по карте и с использованием компаса. <p>Задание. Подготовить конспект "Пешеходный туризм".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 18</p>	4
<p>7.4. Водный туризм</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Способы преодоления водных преград. 2 Сплав по реке. 3 Сплав по озеру. 4 Инвентарь для проведения водного туризма. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Характеристика водного туризма".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>7.5. Горный туризм</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Преодоление каменистой местности. 2 Техника горного туризма. 3 Снаряжение для горного туризма. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Горный туризм".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 18, 19</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>7.6. Лыжный туризм</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника лыжного хода. 2 Особенности туристских маршрутов в заснеженный период. 3 Техника безопасности в лыжном туризме. 4 Снаряжение в лыжном туризме. <p>Задание. Подготовиться к контрольной работе "Лыжный туризм".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 18, 19, 23</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4
<p>7.7. Ориентирование на местности</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Ориентирование на местности по карте. 2 Спортивное ориентирование. 3 Использование компаса в ориентировании. <p>Задание. Подготовить проект "Ориентирование на местности".</p> <p>Учебно-методическая литература: 15, 16, 17</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1, 2</p>	4

<p>7.8. Тренировочный процесс в туризме</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Принципы построения тренировочного процесса в портивном ориентировании и туризме. 2 Особенности подготовки детей школьного возраста. 3 Построение тренировочного процесса на различных этапах спортивной подготовки. <p>Задание. Подготовить проект "Тренировочный процесс в туризме". Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 18</p>	4
<p>7.9. Особенности подготовки в спортивном туризме и ориентировании</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Методика обучения спортивному ориентированию. 2 Особенности спортивной подготовки детей младшего школьного возраста. 3 Особенности спортивной подготовки детей среднего школьного возраста. 4 Подготовка детей старшего школьного возраста. <p>Задание. Подготовить проект "Особенности спортивного ориентирования". Учебно-методическая литература: 15, 16, 17, 18, 19 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>7.10. Техническая и физическая подготовка</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Техника преодоления препятствий в летний период. 2 Техника преодоления препятствий в зимний период. 3 Физическая подготовка и воспитание физических качеств в спортивном ориентировании. <p>Задание. Подготовить проект "Техническая и физическая подготовка". Учебно-методическая литература: 15, 16, 18, 19, 20 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>7.11. Туристский инвентарь и оборудование</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Лыжный инвентарь. 2 Палатки и рюкзак. 3 Карабины и веревки. <p>Задание. Подготовить доклад "Туристское снаряжение". Учебно-методическая литература: 14, 15, 16</p>	4
<p>7.12. Правила поведения в лесу</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Особенности обеспечения безопасности в лыжном туризме. 2 Особенности обеспечения безопасности в водном туризме. 3 Безопасность в процессе преодоления горных преград. 4 Защита от встречающихся в лесу насекомых и животных. <p>Задание. Подготовить доклад "Безопасность в туризме". Учебно-методическая литература: 14, 15, 16 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4
<p>7.13. Составление маршрута в ориентировании</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Ориентирование по компасу. 2 Чтение карты местности. 3 Предварительный маршрут. <p>Задание. Подготовить доклад "Составление маршрута в ориентировании". Учебно-методическая литература: 15, 16, 17 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 2</p>	4

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Мельникова Ю.А. Основы прикладной физической культуры [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Мельникова Ю.А., Спиридонова Л.Б.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2003.— 68 с.	http://www.iprbookshop.ru/64995.html .
2	Кузнецов И.А. Прикладная физическая культура для студентов специальных медицинских групп [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Кузнецов И.А., Буров А.Э., Качанов И.В.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2019.— 154 с.	http://www.iprbookshop.ru/79436.html .
3	Легкая атлетика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.В. Караван [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2015.— 85 с.	http://www.iprbookshop.ru/49959.html .
4	Онгарбаева Д.Т. Легкая атлетика с методикой преподавания [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Онгарбаева Д.Т., Мадиева Г.Б., Алимханов Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Алматы: Казахский национальный университет им. аль-Фараби, 2014.— 100 с.	http://www.iprbookshop.ru/58702.html .
5	Готовцев Е.В. Баскетбол [Электронный ресурс]: вариативная часть физической культуры. Учебно-методическое пособие для студентов и преподавателей/ Готовцев Е.В., Войтович Д.И., Петько В.А.— Электрон. текстовые данные.— Воронеж: Воронежский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2016.— 99 с.	http://www.iprbookshop.ru/59110.html
6	Роуз Ли Баскетбол чемпионов [Электронный ресурс]: основы/ Роуз Ли— Электрон. текстовые данные.— Москва: Человек, 2014.— 272 с.	http://www.iprbookshop.ru/27545.html
7	Шулятьев В.М. Студенческий волейбол [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Шулятьев В.М.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2011.— 196 с.	http://www.iprbookshop.ru/11555.html
8	Лазарева Е.А. Методические основы занятий волейболом в вузе [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лазарева Е.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский государственный строительный университет, ЭБС АСВ, 2010.— 150 с.	http://www.iprbookshop.ru/16984.html
9	Использование комплексов фитнес-программ в учебном процессе по дисциплине «Физическая культура» [Электронный ресурс]: учебное пособие/ — Электрон. текстовые данные.— Владивосток: Владивостокский филиал Российской таможенной академии, 2010.— 92 с.	http://www.iprbookshop.ru/25750.html
10	Фитнес и физическая культура [Электронный ресурс]: методические указания/ — Электрон. текстовые данные.— Самара: Самарский государственный архитектурно-строительный университет, ЭБС АСВ, 2013.— 44 с.	http://www.iprbookshop.ru/22630.html
11	Спорт высших достижений. Спортивная гимнастика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Л.А. Савельева [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Человек, 2014.— 148 с.	http://www.iprbookshop.ru/27600.html
12	Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути её формирования [Электронный ресурс]/ И.А. Винер-Усманова [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Человек, Издательство «Спорт», 2015.— 120 с.	http://www.iprbookshop.ru/52105.html
13	Пшеничникова Г.Н. Обучение элементам без предмета на этапе начальной подготовки в художественной гимнастике [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пшеничникова Г.Н., Власова О.П.— Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013.— 189 с.	http://www.iprbookshop.ru/65033.html
14	Луценко С.А. Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения. Гимнастика [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Луценко С.А., Михайлов А.В.— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Институт специальной педагогики и психологии, 2012.— 80 с.	http://www.iprbookshop.ru/29967.html

15	Пельменев В.К. Основы спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Пельменев В.К., Юшков В.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Калининград: Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта, 2006.— 52 с.	http://www.iprbookshop.ru/23899.html
16	Спортивное ориентирование в системе физической подготовки студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.Э. Болотин [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Санкт-Петербург: Университет ИТМО, 2009.— 90 с.	http://www.iprbookshop.ru/68149.html
17	Киреева Ю.А. Основы туризма [Электронный ресурс]: учебно-практическое пособие/ Киреева Ю.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российская международная академия туризма, Советский спорт, 2010.— 108 с.	http://www.iprbookshop.ru/14289.html
Дополнительная литература		
18	Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты [Электронный ресурс]: учебник для вузов физической культуры и спорта/ Матвеев Л.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2020.— 344 с.	http://www.iprbookshop.ru/98646.html
19	Бабушкин Г.Д. Общая теория спорта: современные концепции подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник/ Бабушкин Г.Д.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2020.— 294 с.	http://www.iprbookshop.ru/91118.html
20	Никитушкин В.Г. Спорт высших достижений. Теория и методика [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Никитушкин В.Г., Суслов Ф.П.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Издательство «Спорт», 2018.— 320 с.	http://www.iprbookshop.ru/74302.html
21	Ишмухаметов М.Г. Теория и методика оздоровительно-рекреационной физической культуры и спорта. Йога в физической культуре и спорте [Электронный ресурс]: учебное пособие. Специальность 050720 – «Физическая культура». Направление подготовки 050100 – «Педагогическое образование». Профиль подготовки – «Физическая культура»/ Ишмухаметов М.Г.— Электрон. текстовые данные.— Пермь: Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2013.— 160 с.	http://www.iprbookshop.ru/32103.html
22	Панов Г.А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Панов Г.А.— Электрон. текстовые данные.— Москва: Российский университет дружбы народов, 2012.— 192 с.	http://www.iprbookshop.ru/11449.html
23	Психология спорта [Электронный ресурс]: монография/ А.Н. Веракса [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Москва: Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, 2011.— 424 с.	http://www.iprbookshop.ru/27376.html

4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	Яндекс–Энциклопедии и словари	http://slovari.yandex.ru
2	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/defaultx.asp

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС								
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль							Промежуточная аттестация
	Доклад/сообщение	Конспект по теме	Контрольная работа по разделу/теме	Проект	Реферат	Таблица по теме	Упражнения	Зачет/Экзамен
ОПК-7								
3.1 (ОПК.7.1)			+		+	+		+
У.1 (ОПК.7.2)	+	+	+	+	+	+	+	+
В.1 (ОПК.7.3)	+	+	+	+			+	+
УК-7								
3.2 (УК.7.1)					+			+
У.2 (УК.7.2)	+	+	+	+	+	+	+	+
В.2 (УК.7.3)	+	+	+	+			+	+

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Теоретические основы занятий физической культурой и спортом":

1. Реферат

- 1 Принципы физического воспитания.
- 2 Правила поведения в спортивном зале.
- 3 Составление положения о спортивных соревнованиях.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Прикладная физическая подготовка":

1. Контрольная работа по разделу/теме

- 1 Физическая и техническая подготовка.
- 2 Урочная и внеурочная работа по прикладной физической подготовке.
- 3 Организационно-методические основы прикладной физической подготовки.

Количество баллов: 10

2. Реферат

- 1 Процесс воспитания физических качеств в прикладной физической культуре.
- 2 Методы прикладной физической подготовки.
- 3 Спортивная подготовка в системе физического воспитания.

Количество баллов: 10

3. Таблица по теме

- 1 Виды профессионально-прикладной подготовки студентов.
- 2 Задачи прикладной физической культуры.
- 3 Связь физического воспитания с другими видами воспитания.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Организация и методика занятий легкой атлетикой":

1. Доклад/сообщение

- 1 Тренировка в прыжках в высоту.
- 2 Характеристика метания копья.
- 3 Построение многолетней подготовки в беге.
- 4 Особенности обучения бегу в общеобразовательной школе.

Количество баллов: 10

2. Конспект по теме

- 1 Физическая подготовка в беге на средние дистанции.
- 2 Техника бега на средние дистанции.
- 3 Физическая подготовка в беге на короткие дистанции.

Количество баллов: 5

3. Упражнения

- 1 Бег с подниманием ног вперед - 3х60 метров.
- 2 Пробежать 60 метров 3 раза.
- 3 Метание гранаты - 10 раз.
- 4 Бег 1000 м.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Организация и методика занятий спортивными играми":

1. Доклад/сообщение

- 1 Физическая подготовка в волейболе.
- 2 Техническая подготовка в волейболе.
- 3 Правила игры в волейбол.

Количество баллов: 10

2. Конспект по теме

- 1 Теоретическая подготовка баскетболистов.
- 2 Контроль за процессом подготовки в баскетболе.
- 3 Планирование тренировочного процесса в баскетболе.
- 4 Методические принципы спортивной подготовки в баскетболе.

Количество баллов: 5

3. Контрольная работа по разделу/теме

- 1 Волейбол как прикладной вид спорта.
- 2 Спортивный инвентарь для занятий волейболом.
- 3 Пляжный волейбол.

Количество баллов: 10

4. Упражнения

- 1 Трехочковый бросок - 10 раз.
- 2 Набивание мяча над собой - 10 раз.
- 3 Показать жесты судей в баскетболе.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий фитнесом":

1. Проект

- 1 Методика занятий спортивной аэробикой.
- 2 Силовые виды фитнеса.
- 3 Методика занятий фитнесом.

Количество баллов: 20

2. Упражнения

- 1 Отжимание от пола - 20 раз.
- 2 Выпрыгивания из приседа - 10 раз.
- 3 Приседание со штангой на плечах - 20 раз.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий гимнастикой":

1. Доклад/сообщение

- 1 Методика проведения занятий оздоровительной гимнастикой.
- 2 Влияние занятий гимнастикой на здоровье человека.
- 3 Восточные виды гимнастики.

Количество баллов: 10

2. Конспект по теме

- 1 Характеристика художественной гимнастики.
- 2 Характеристика спортивной гимнастики.
- 3 Гимнастическая терминология.

Количество баллов: 5

3. Контрольная работа по разделу/теме

- 1 Контроль за подготовкой в гимнастике.
- 2 Спортивный инвентарь для занятий гимнастикой.
- 3 Гимнастические элементы и их соединения.

Количество баллов: 10

4. Упражнения

- 1 Утренняя гимнастика.
- 2 Дыхательные упражнения.
- 3 Растягивание плечевого пояса.

Количество баллов: 10

Типовые задания к разделу "Методика занятий спортивным ориентированием и туризмом".

1. Доклад/сообщение

- 1 Составление маршрута в ориентировании.
- 2 Безопасность в туризме.
- 3 Туристское снаряжение.

Количество баллов: 10

2. Конспект по теме

- 1 Пешеходный туризм.
- 2 Характеристика спортивного туризма.
- 3 Спортивный туризм в России.

Количество баллов: 5

3. Контрольная работа по разделу/теме

- 1 Характеристика водного туризма.
- 2 Лыжный туризм.
- 3 Горный туризм.
- 4 Пешеходный туризм.

Количество баллов: 10

4. Проект

- 1 Техническая и физическая подготовка.
- 2 Особенности спортивного ориентирования.
- 3 Тренировочный процесс в туризме.

Количество баллов: 20

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ».

Первый период контроля

Форма контроля не предусмотрена

Второй период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Этапы развития туризма в России, их характеристика.
2. Развитие детско-юношеского туризма
3. Организация самостоятельного туризма в СССР
4. Современное состояние индустрии туризма в России.
5. Современное состояние мирового туризма. Туристские регионы, их характеристика.
6. Рекреационный туризм, его содержание и формы.
7. Курортный туризм, компоненты санаторно-курортной сети.
8. Курортные зоны и курортные агломерации в России.
9. Зарубежные курорты, их характеристика и перспективность для российского туризма.
10. Экологический туризм, его основные принципы. Национальные парки.
11. Экологический поход, маршруты и особенности.
12. Религиозный туризм, его разновидности. Основные направления религиозного туризма в России и в мире.
13. Техника выполнения кувырка вперед, его разновидности. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать. Помощь при выполнении кувырка вперед.
14. Техника выполнения кувырка назад, его разновидности. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать. Помощь при выполнении кувырка назад.
15. Снаряды и инвентарь, используемые на уроке гимнастики. Переноска, установка и правила обращения с ними.
16. Меры безопасности и предупреждения травм, предпринимаемые учителем на уроке физкультуры гимнастической направленности.
17. Методические особенности гимнастики.
18. Значение гимнастики как средства физического воспитания.

19. Техника выполнения наклона вперед, наклона прогнувшись, наклона назад. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
20. Техника выполнения приседа, выпада. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.
21. Техника выполнения равновесия на правой (левой), равновесия «крестом», бокового равновесия. Нарисовать, применяя графическую форму записи и рассказать.

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Зачет

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачету и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачёта и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

2. Реферат

Реферат – теоретическое исследование определенной проблемы, включающее обзор соответствующих литературных и других источников.

Реферат обычно включает следующие части:

1. библиографическое описание первичного документа;
2. собственно реферативная часть (текст реферата);
3. справочный аппарат, т.е. дополнительные сведения и примечания (сведения, дополнительно характеризующие первичный документ: число иллюстраций и таблиц, имеющихся в документе, количество источников в списке использованной литературы).

Этапы написания реферата

1. выбрать тему, если она не определена преподавателем;
2. определить источники, с которыми придется работать;
3. изучить, систематизировать и обработать выбранный материал из источников;
4. составить план;
5. написать реферат:
 - обосновать актуальность выбранной темы;
 - указать исходные данные реферируемого текста (название, где опубликован, в каком году), сведения об авторе (Ф. И. О., специальность, ученая степень, ученое звание);
 - сформулировать проблематику выбранной темы;
 - привести основные тезисы реферируемого текста и их аргументацию;
 - сделать общий вывод по проблеме, заявленной в реферате.

При оформлении реферата следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

3. Таблица по теме

Таблица – форма представления материала, предполагающая его группировку и систематизированное представление в соответствии с выделенными заголовками граф.

Правила составления таблицы:

1. таблица должна быть выразительной и компактной, лучше делать несколько небольших по объему, но наглядных таблиц, отвечающих задаче исследования;
2. название таблицы, заглавия граф и строк следует формулировать точно и лаконично;
3. в таблице обязательно должны быть указаны изучаемый объект и единицы измерения;
4. при отсутствии каких-либо данных в таблице ставят многоточие либо пишут «Нет сведений», если какое-либо явление не имело места, то ставят тире;
5. числовые значения одних и тех же показателей приводятся в таблице с одинаковой степенью точности;
6. таблица с числовыми значениями должна иметь итоги по группам, подгруппам и в целом;
7. если суммирование данных невозможно, то в этой графе ставят знак умножения;
8. в больших таблицах после каждых пяти строк делается промежуток для удобства чтения и анализа.

4. Доклад/сообщение

Доклад – развернутое устное (возможен письменный вариант) сообщение по определенной теме, сделанное публично, в котором обобщается информация из одного или нескольких источников, представляется и обосновывается отношение к описываемой теме.

Основные этапы подготовки доклада:

1. четко сформулировать тему;
2. изучить и подобрать литературу, рекомендуемую по теме, выделив три источника библиографической информации:
 - первичные (статьи, диссертации, монографии и т. д.);
 - вторичные (библиография, реферативные журналы, сигнальная информация, планы, граф-схемы, предметные указатели и т. д.);
 - третичные (обзоры, компилятивные работы, справочные книги и т. д.);
3. написать план, который полностью согласуется с выбранной темой и логично раскрывает ее;
4. написать доклад, соблюдая следующие требования:
 - структура доклада должна включать краткое введение, обосновывающее актуальность проблемы; основной текст; заключение с краткими выводами по исследуемой проблеме; список использованной литературы;
 - в содержании доклада общие положения надо подкрепить и пояснить конкретными примерами; не пересказывать отдельные главы учебника или учебного пособия, а изложить собственные соображения по существу рассматриваемых вопросов, внести свои предложения;
5. оформить работу в соответствии с требованиями.

5. Конспект по теме

Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то теме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Этапы выполнения конспекта:

1. определить цель составления конспекта;
2. записать название текста или его части;
3. записать выходные данные текста (автор, место и год издания);
4. выделить при первичном чтении основные смысловые части текста;
5. выделить основные положения текста;
6. выделить понятия, термины, которые требуют разъяснений;
7. последовательно и кратко изложить своими словами существенные положения изучаемого материала;
8. включить в записи выводы по основным положениям, конкретным фактам и примерам (без подробного описания);
9. использовать приемы наглядного отражения содержания (абзацы «ступеньками», различные способы подчеркивания, шрифт разного начертания, ручки разного цвета);
10. соблюдать правила цитирования (цитата должна быть заключена в кавычки, дана ссылка на ее источник, указана страница).

6. Упражнения

Лексические и грамматические упражнения проверяют словарный запас студента и умение его эффективно применять, а также то, насколько хорошо студент усвоил грамматические явления, разбираемые в соответствующем семестре, и может использовать их для достижения коммуникативных целей.

Упражнение – специально организованное многократное выполнение языковых (речевых) операций или действий с целью формирования или совершенствования речевых навыков и умений, восприятия речи на слух, чтения и письма.

Типология упражнений для формирования лексико-грамматических навыков:

- 1) восприятие (упражнения на узнавание нового грамматического явления в знакомом контексте);
- 2) имитация (упражнения на воспроизведение речевого образца без изменений);
- 3) подстановка (характеризуются тем, что в них происходит подстановка лексических единиц в какой-либо речевой образец);
- 4) трансформация (грамматическое изменение образца)
- 5) репродукция (воспроизведение грамматических форм самостоятельно и осмысленно);
- 6) комбинирование (соединение в речи новых и ранее усвоенных лексико- грамматических образцов).

Типология упражнений для формирования коммуникативных умений

- 1) языковые упражнения – тип упражнений, предполагающий анализ и тренировку языковых явлений вне условий речевой коммуникации;
- 2) условно-речевые упражнения – тип упражнения, характеризующийся ситуативностью, наличием речевой задачи и предназначенный для тренировки учебного материала в рамках учебной (условной) коммуникации;
- 3) речевые упражнения – тип упражнений, используемый для развития умений говорения.

7. Контрольная работа по разделу/теме

Контрольная работа выполняется с целью проверки знаний и умений, полученных студентом в ходе лекционных и практических занятий и самостоятельного изучения дисциплины. Написание контрольной работы призвано установить степень усвоения студентами учебного материала раздела/темы и формирования соответствующих компетенций.

Подготовку к контрольной работе следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данному разделу/теме и конспектов лекций.

Контрольная работа выполняется студентом в срок, установленный преподавателем в письменном (печатном или рукописном) виде.

При оформлении контрольной работы следует придерживаться рекомендаций, представленных в документе «Регламент оформления письменных работ».

8. Проект

Проект – это самостоятельное, развёрнутое решение обучающимся, или группой обучающихся какой-либо проблемы научно-исследовательского, творческого или практического характера.

Этапы в создании проектов.

1. Выбор проблемы.
2. Постановка целей.
3. Постановка задач (подцелей).
4. Информационная подготовка.
5. Образование творческих групп (по желанию).
6. Внутригрупповая или индивидуальная работа.
7. Внутригрупповая дискуссия.
8. Общественная презентация – защита проекта.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Развивающее обучение

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. спортивный зал
3. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC