

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ганеев Вилер Валиахметович
Должность: Директор
Дата подписания: 01.11.2023 15:20:35
Уникальный программный ключ:
fceab25d7092f3bfff743e8ad3f8d57fddc1f5e66

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНИТ
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

Утверждено:
на заседании кафедры физической культуры и спорта
протокол № 4 от 21.11.2022 г.
Зав. кафедрой подписано ЭЦП /Кругликова В.С.

Согласовано:
Председатель УМК
факультета педагогики
подписано ЭЦП /Маштакова Л.Ю.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
для заочной формы обучения**

Спортивная подготовка в избранном виде спорта
Часть, формируемая участниками образовательных отношений

программа бакалавриата

Направление подготовки (специальность)
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

Направленность (профиль) подготовки
Физическая культура, Биология

Квалификация
Бакалавр

Разработчик (составитель) <u>Старший преподаватель</u> (должность, ученая степень, ученое звание)	<u>подписано ЭЦП /Десяткина Л.Ю.</u> (подпись, Фамилия И.О.)
---	---

Для приема: 2022-2023 г.

Бирск 2022 г.

Составитель / составители: Десяткина Л.Ю.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры физической культуры и спорта протокол № ____ от «____» _____ 20__ г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры _____, протокол № ____ от «____» _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры _____, протокол № ____ от «____» _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры _____, протокол № ____ от «____» _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О/

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу дисциплины, утверждены на заседании кафедры _____, протокол № ____ от «____» _____ 20 _ г.

Заведующий кафедрой _____ / _____ Ф.И.О/

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций.....	4
2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.....	6
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся).....	6
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	12
4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.....	12
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.....	14
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	25
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.....	26
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины.....	26
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	27

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

По итогам освоения дисциплины обучающийся должен достичь следующих результатов обучения:

Категория (группа) компетенций (при наличии ОПК)	Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
	Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);	ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знает содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умеет анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области
		ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеет опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	УК-7.1. Знать основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной	Знает основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной

	деятельности (УК-7);	деятельности	деятельности
		УК-7.2. Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности
		УК-7.3. Владеть навыками поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Владеет навыками поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

2. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

Дисциплина изучается на 1 курсе в 2,3 сессии.

Цель изучения дисциплины: формирование знаний, умений, владений в области спортивной подготовки в избранном виде спорта, а также способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры для поддержания уровня специальной физической подготовленности, обеспечивающей полноценную деятельность.

3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

ФГБОУ ВО «УФИМСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ»
БИРСКИЙ ФИЛИАЛ УУНиТ
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГИКИ

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

дисциплины «Спортивная подготовка в избранном виде спорта» на 2,3 сессию
заочная
форма обучения

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	18.7
лекций	4
практических/ семинарских	2
лабораторных	12
контроль самостоятельной работы (КСР)	0
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем) ФКР	0.7
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС)	49.5
Учебных часов на подготовку к зачету (Контроль)	3.8

Форма контроля:
Зачет 3 сессия

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов: лекции, практические занятия, семинарские занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа и трудоемкость (в часах)						Основная и дополнительная литература, рекомендуемая студентам (номера из списка)	Задания по самостоятельной работе студентов	Форма текущего контроля успеваемости (коллоквиумы, контрольные работы, компьютерные тесты и т.п.)
		Лек	Лаб	П	Зч	Ко Р	СР С			
1 курс / 2 сессия										
1	<p>Понятие общей и специальной физической подготовки. Основные средства общей и специальной физической подготовки.</p> <p>Содержание спортивной подготовки. Задачи общей физической подготовки спортсмена. Задачи специальной физической подготовки спортсмена. Группы упражнений, используемые для решения задач спортивной подготовки. Направленность средств общей физической подготовки. Направленность средств специальной физической подготовки.</p>	2					4.5	Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра № 1	Реферат	Устный опрос, Тестирование
2	<p>Общие рекомендации по методике воспитания двигательных качеств.</p> <p>Характеристика физических качеств. Простейшие методы оценки уровня развития физических качеств. Средства развития физических качеств в</p>	1					7	Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра №№ 1,3	Реферат	Тестирование, Устный опрос

	соответствии с требованиями к физической подготовке в футболе									
3	<p>Методы совершенствования физической подготовки.</p> <p>Понятия «двигательное умение», «двигательный навык», двигательный динамический стереотип. Содержание этапов методики овладения двигательным действием. Характеристика циклических и ациклических видов спорта. Принципы дозирования нагрузки, частоты и продолжительности занятий физическими упражнениями в зависимости от уровня физической подготовленности. Задачи и виды планирования спортивной подготовки.</p>	1	2			8	<p>Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра №№ 1,2,3</p>	Реферат	<p>Практическое задание, Тестирование, Устный опрос</p>	
4	<p>Объем и интенсивность средств физической подготовки в тренировочном процессе футболиста.</p> <p>Факторы, от которых зависит физическая нагрузка. Воздействие физической нагрузки на организм человека. Компоненты нагрузки, характеризующие влияние метода тренировки на организм. Зоны интенсивности физической нагрузки. Методы тренировки и особенности распределения компонентов нагрузки в зависимости от направленности тренировки. Цель выделения на учебно-тренировочных занятиях подготовительной, основной и</p>		4			6	<p>Осн. лит-ра № 3 Доп. лит-ра №№ 1,3</p>	Реферат	<p>Практическое задание, Лабораторная работа, Тестирование</p>	

	заключительной части.								
5	Контрольная работа				1	0.5			
Итого по 1 курсу 2 сессии		4	6		1	26			
1 курс / 3 сессия									
1	<p>Физические и психические качества, характерные для футболиста.</p> <p>Характеристика физических качеств. Методика оценки уровня развития физических качеств. Методы и средства воспитания физических качеств футболиста. Техничко-тактическая подготовка. Характеристика психических качеств. Особенности реакций в футболе. Особенности эмоциональных процессов. Волевые качества.</p>		2			6	Осн. лит-ра № 3 Доп. лит-ра №№ 1,2,3	Реферат	Семинар, Устный опрос, Тестирование
2	<p>Особенности многолетней подготовки спортсменов.</p> <p>Основные этапы многолетней спортивной деятельности и особенности спортивной подготовки на отдельных этапах. Специфика футбола и продолжительность подготовки спортсменов на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций в футболе.</p>		2			8	Осн. лит-ра №№ 1,2,3 Доп. лит-ра №№ 1,3	Реферат	Практическое задание, Лабораторная работа, Тестирование

3	<p>Тренировочные средства в решении задач спортивной подготовки футболиста</p> <p>Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса. Связь тренировки с соревновательной деятельностью. Интегральная подготовка: задачи, средства, методы. Теоретическая подготовка. Тренировочные и соревновательные нагрузки. Интенсивность и объем тренировочной нагрузки. Характер отдыха и его продолжительность.</p>		4				10	Осн. лит-ра № 3 Доп. лит-ра №№ 1,2,3	Реферат	Практическое задание, Тестирование
4	Зачет				1		4			
Итого по 1 курсу 3 сессии			6	2	1		28			
Итого по дисциплине		4	12	2	1	1	54			

4. Фонд оценочных средств по дисциплине

4.1. Перечень компетенций и индикаторов достижения компетенций с указанием соотнесенных с ними запланированных результатов обучения по дисциплине. Описание критериев и шкал оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и формулировка компетенции: Способен использовать базовые научно-теоретические знания, практические умения и навыки по предмету для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования (ПК-1);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знает содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знания не сформированы	Знания полностью сформированы
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умеет анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательно	Владеет опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в	Владение навыками не сформировано	Владение навыками в основном сформировано

го процесса в образовательных организациях общего образования	образовательных организациях общего образования		
---	---	--	--

Код и формулировка компетенции: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7);

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Критерии оценивания результатов обучения (Зачет)	
		Незачтено	Зачтено
УК-7.1. Знать основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знания не сформированы	Знания полностью сформированы
УК-7.2. Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Умения не сформированы	Умения в основном сформированы
УК-7.3. Владеть навыками поддержания уровня физической подготовленности	Владеет навыками поддержания уровня физической подготовленности,	Владение навыками не сформировано	Владение навыками в основном сформировано

сти, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональ ной деятельности	необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональ ной деятельности		
--	--	--	--

4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценивания результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине.

Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства
ПК-1.1. Знать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Знает содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Семинар, Тестирование, Устный опрос, Реферат
ПК-1.2. Уметь анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Умеет анализировать содержание, закономерности, принципы и особенности изучаемых явлений и процессов, базовые теории в предметной области	Лабораторная работа, Контрольная работа, Тестирование, Устный опрос, Семинар
ПК-1.3. Владеть опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Владеет опытом и навыками использования знаний и умений и навыков в предметной области для проектирования и реализации образовательного процесса в образовательных организациях общего образования	Контрольная работа, Лабораторная работа, Практическое задание
УК-7.1. Знать основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Знает основы физической подготовки, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Устный опрос, Семинар, Реферат, Тестирование
УК-7.2. Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и	Умеет поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и	Устный опрос, Контрольная работа, Лабораторная работа, Семинар, Тестирование

профессиональной деятельности	профессиональной деятельности	
УК-7.3. Владеть навыками поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Владеет навыками поддержания уровня физической подготовленности, необходимой для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	Практическое задание, Лабораторная работа, Контрольная работа

Тестовые задания

Описание тестовых заданий: тестовые задания включают тесты закрытого типа (с одним правильным ответом), тесты на установлении последовательности и на установление соответствия. Оценка за выполнение тестовых заданий выставляется на основании процента заданий, выполненных студентами в процессе прохождения промежуточного и рубежного контроля знаний

1. Уровень совершенствования двигательных навыков – это результат....
 - 1) технической подготовки;
 - 2) игровой подготовки;
 - 3) соревновательной подготовки;
 - 4) научно-методического обеспечения.
2. Упражнения, направленные на воспитание физических качеств, называются.....
 - 1) физическими;
 - 2) развивающими;
 - 3) подводящими;
 - 4) имитационными.
3. Специализированный процесс, содействующий в конкретной деятельности, предъявляющий специализированные требования к двигательным способностям спортсмена, называется.....
 - 1) спортивной тренировкой;
 - 2) физическим совершенством;
 - 3) прикладной физической подготовкой;
 - 4) специальной физической подготовкой.
4. В то время, когда мяч находился в игре, два игрока одной команды в пределах поля допускают агрессивное поведение по отношению друг к другу. Судья остановил игру, используя принцип преимущества, применил дисциплинарные санкции. Игра возобновляется ...
 - 1) «спорным мячом»
 - 2) штрафным ударом
 - 3) свободным ударом
 - 4) вбрасыванием игроком противоположной команды
5. Период от первого до последнего планового состязания в футболе называется
 - 1) переходный
 - 2) соревновательный
 - 3) подготовительный
 - 4) основной
6. Метод, используемый при реализации данной нагрузки: бег 200 метров 5 раз, интенсивность работы при ЧСС 170-180 уд/мин, отдых 90 секунд, называется
 - 1) повторный метод.
 - 2) переменный метод.
 - 3) повторно-серийный метод.

4) интервальный метод.

7. Период от первого до последнего планового состязания в футболе называется

- 1) переходный
- 2) соревновательный
- 3) подготовительный
- 4) основной

8. ##### – это способы выполнения двигательных действий футболистами, направленными на целесообразное и эффективное решение задач игры.

9. ##### – это организация индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определенному плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником.

10. ##### – это целенаправленные действия футболиста, его умение из несколько возможных вариантов в данной игровой ситуации выбрать наиболее рациональное.

1. Установить соответствие между тренировочными циклами и характеристикой динамики параметров нагрузки.

- А) малые.
- Б) средние.
- В) большие.

1) характеризуют динамику нагрузок, подверженных волнообразным колебаниям в серии микроциклов, составляющих мезоцикл.

2) характеризуют динамику параметров нагрузок, подверженных волнообразным колебаниям в рамках микроциклов.

3) характеризуют динамику суммарных нагрузок в сериях средних циклов, составляющих этапы и периоды макроцикла.

2. Поставить в соответствие показателю техники основные ее характеристики.

- А) Результативность техники
- Б) Эффективность техники
- В) Стабильность техники
- Г) Вариативность техники
- Д) Экономичность техники

1) Техника определяется ее соответствием, решаемым задачам и высоким конечным результатом, соответствием уровню физической, тактической, психологической подготовленности.

2) Техника обуславливается ее эффективностью, стабильностью, вариативностью, экономичностью, минимальной тактической информативностью для соперника.

3) Техника характеризуется рациональным использованием энергии, времени и пространства при выполнении приемов и действий. При прочих равных условиях лучшим является тот вариант двигательных действий, который сопровождается минимальными энергозатратами, наименьшим напряжением психических возможностей спортсмена.

4) Техника определяется способностью спортсмена к оперативной коррекции двигательных действий в зависимости от условий соревновательной борьбы.

5) Техника связана с ее помехоустойчивостью, независимостью от условий соревнований, функционального состояния спортсмена.

3. Установите соответствие между методами обучения и методами развития физических качеств.

- А) метод обучения
- Б) метод развития физических качеств
- В) метод слова
- Г) метод показа

- 1) круговой метод
- 2) метод срочной информации
- 3) рассказ
- 4) сопряженного воздействия

4. Соотнести интенсивность физической нагрузки с показателями ЧСС и скоростью передвижения, выраженной в процентах от соревновательной скорости.

- А) Низкая интенсивность
- Б) Средняя интенсивность
- В) Околосоревновательная интенсивность
- Г) Соревновательная интенсивность
- Д) Максимальная интенсивность

- 1) 160-175 уд/мин, 85-95 %
- 2) 175-190 уд/мин, 95-105 %
- 3) 140-160 уд/мин, 70-85%
- 4) 120-140 уд/мин, 55-70%
- 5) свыше 190 уд/мин, 105 %

5. Существует определенная последовательность и преемственность упражнений, решающих задачи разносторонней физической и квалифицированной технической и тактической подготовки обучающихся. Составьте правильную последовательность упражнений.

- 1) игровая подготовка;
- 2) изучение и совершенствование спортивной техники;
- 3) повышение физической подготовленности, воспитание специальных качеств (быстроты простой и сложной двигательной реакции, силы, скорости, общей и специальной выносливости, координации, ловкости, скоростно-силовых качеств);
- 4) изучение и совершенствование тактических действий.

6. Составить методическую последовательность, в которой осуществляется овладение двигательным действием.

- 1) Создание полноценного представления об изучаемом движении по каждой ООТ.
- 2) Формирование знаний о сущности двигательного действия.
- 3) Освоение изучаемого двигательного действия в целом.
- 4) Формирование у занимающихся положительной учебной мотивации.

7. Модель управления тренировочным процессом предполагает поэтапное выполнение ряда функциональных операций. Составьте последовательность этапов.

- 1) Составление модели подготовленности спортсмена на текущем этапе (путем оценки подготовленности и состояния спортсмена);
- 2) Формулирование задач по видам подготовки на прогнозируемый макроцикл;
- 3) Планирование тренировочного процесса, построение макроцикла (распределение объемов тренировочной работы от макроциклов к мезоциклам и микроциклам; подбор средств и методов тренировки, способствующих достижению запланированных результатов);
- 4) Составление модели тренированности и, соревновательной деятельности, избранной в качестве ориентира на определенном этапе спортивного совершенствования;
- 5) Процесс прогнозирования результатов и формулирования цели путем сопоставления индивидуальных данных спортсмена (текущая модель подготовленности спортсмена) с модельными характеристиками, обеспечивающими наиболее высокий спортивный результат;
- 6) Коррекция тренировочного процесса (в случае необходимости);
- 7) Построение графика динамики спортивного результата в планируемом макроцикле;
- 8) Поэтапный контроль над эффективностью тренировочного процесса.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения тестовых заданий

Описание методики оценивания выполнения тестовых заданий: оценка за выполнение тестовых заданий ставится на основании подсчета процента правильно выполненных тестовых заданий.

Критерии оценки:

отлично выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 81 – 100 %;

хорошо выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 61 – 80 %;

удовлетворительно выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 41 – 60 %;

неудовлетворительно выставляется студенту, если процент правильно выполненных тестовых заданий составляет 40 %;

Устный опрос

Устный опрос применяется как метод проверки знаний обучающихся по конкретной тематике

1. Проведение тренировочного занятия с направленностью на развитие выносливости.
2. Проведение тренировочного занятия с направленностью на развитие координационных способностей.
3. Влияние возрастных особенностей организма на развитие силы
4. Методика проведения занятий на развитие силы в подростковом возрасте. Последовательность увеличения нагрузки.
5. Особенности использования силовых упражнений на занятиях с девушками.
6. Средства и методы развития силовой выносливости.
7. Планирование нагрузки на занятии, направленном преимущественно на развитие силы.
8. Динамика выносливости в зависимости от возрастных особенностей организма.
9. Средства развития выносливости.
10. Взаимосвязь с упражнениями, направленными на развитие других физических качеств.
11. Динамика тренировочной нагрузки, направленной на развитие выносливости, в процессе спортивной подготовки.
12. Влияние технической подготовленности на развитие выносливости.
13. Цель применения непрерывного метода, его воздействие на организм. Уровень интенсивности и объем нагрузки в непрерывном методе. Составить план тренировки.
14. Задачи, решаемые применением переменного метода тренировки. Уровни интенсивности выполнения упражнений. Воздействие переменного метода на организм. Составить план тренировки.
15. Цель применения повторного метода. Его влияние на функциональные возможности организма. Интервал работы и отдыха в зависимости от задач занятия. Уровень интенсивности выполнения упражнений. Составить план тренировки.
16. Цель применения кругового метода и методика его проведения.
17. Цель применения игрового метода и методика его проведения.
18. Методы определения окончательных способностей при отборе.
19. Совершенствование техники полевого игрока и вратаря.
20. Задачи игровой подготовки футболистов высокой квалификации в годовом цикле.
21. Система отбора в командах высокой квалификации и сборных командах (источники комплектования команд, варианты комплектования, методы оценки способностей).
22. Комплектование основного и игрового состава на конкретный матч.
23. Основные характеристики техники.
24. Критерии технической подготовленности.
25. Техничко-тактическая подготовка футболиста.
26. Особенности реакций в футболе.
27. Характеристика физических качеств.
28. Характеристика психических качеств.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания устного опроса

Описание методики оценивания выполнения устного опроса: при оценке ответа студента на устный вопрос учитывается: насколько раскрыто содержание темы, структурированность ответа, его логичность, умение формулировать ответ, уровень понимания материала.

Критерии оценки

5 баллов выставляется студенту, если: в ответе качественно раскрыто содержание темы. Ответ хорошо структурирован. Прекрасно освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован высокий

уровень понимания материала. Превосходное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

4 балла выставляется студенту, если: основные вопросы темы раскрыты. Структура ответа в целом адекватна теме. Хорошо освоен понятийный аппарат. Продемонстрирован хороший уровень понимания материала. Хорошее умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

3 балла выставляется студенту, если: тема частично раскрыта. Ответ слабо структурирован. Понятийный аппарат освоен частично. Понимание отдельных положений из материала по теме. Удовлетворительное умение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

2 балла выставляется студенту, если: тема не раскрыта. Понятийный аппарат освоен неудовлетворительно. Понимание материала фрагментарное или отсутствует. Неумение формулировать свои мысли, обсуждать дискуссионные положения.

Контрольная работа

1. Методика обучения групповым тактическим взаимодействиям в фазе отбора мяча юных футболистов 11-13 лет.
2. Педагогический контроль за уровнем физической подготовленности юных футболистов.
3. Организация и проведение соревнований по футболу.
4. Групповая тактика игры в обороне.
5. Анализ техники и методика обучения удару по катящемуся мячу внутренней стороной стопы в футболе.
6. Содержание форм организации обучения и тренировки в футболе.
7. Совершенствование скоростных возможностей юных футболистов 11-12 лет.
8. Планирование физических нагрузок у футболистов 13-14 лет в годичном цикле подготовки.
9. Развитие общей и специальной ловкости у юных футболистов в подготовительном периоде.
10. Методы отбора детей в отделении ДЮСШ, групп подготовки молодых футболистов при командах мастеров.
11. Общая и специальная тактическая подготовка в футболе.
12. Обучение групповым и командным тактическим действиям юных футболистов.
13. Совершенствование системы отбора в спортивных играх.
14. Средства, формы и методы совершенствования ударов по мячу головой.
15. Обучение приемам ведения мяча в футболе.
16. Обучение технике остановки мяча в футболе.
17. Методика обучения ударам по мячу головой в футболе.
18. Обучение приемам мяча на грудь юных футболистов.
19. Обучение индивидуальным тактическим действиям юных футболистов.
20. Методика воспитания прыгучести у юных футболистов.
21. Средства, формы и методы совершенствования силы и точности ударов по мячу ногой.
22. Ловкость футболиста. Методика воспитания ловкости у подростков занимающихся футболом.
23. Техника удара по мячу серединой подъема (биомеханический анализ удара) и методика обучения удару подростков в футболе.
24. Применение оборудования и специальных приспособлений в учебно-тренировочных занятиях по футболу с детьми разного возраста.
25. Индивидуальная тактика игры в нападении.
26. Методика судейства соревнований по футболу.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания контрольной работы

Описание методики оценивания: при оценке выполнения студентом контрольной работы максимальное внимание следует уделять следующим аспектам: насколько полно в теоретическом вопросе раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень

умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит аргументацию и пояснения.

Критерии оценки :

отлично выставляется студенту, если в теоретическом вопросе полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владение навыками практической деятельности; кейс-задание решено на высоком уровне, содержит пояснения; тестовые задания решены свыше, чем на 80%; уровень знаний, умений, владений – высокий;

хорошо выставляется студенту, если в теоретическом вопросе раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; кейс-задание решено верно, но решение не доведено до завершающего этапа; тесты решены на 60-80%. Уровень знаний, умений, владений – средний;

удовлетворительно выставляется студенту, если в теоретическом вопросе усвоено основное, но непоследовательно; определения понятий недостаточно четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, практических занятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности невысокий, наблюдаются пробелы и неточности; в решение кейс-задания верно выполнены некоторые этапы; тесты решены на 40-60%; уровень знаний, умений, владений – удовлетворительный;

неудовлетворительно выставляется студенту, если в теоретическом вопросе не изложено основное содержание учебного материала, изложение фрагментарное, не последовательное; определения понятий не четкие; не использованы в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию, владения навыками практической деятельности очень низкий; тесты решены менее, чем на 40 %; уровень знаний, умений, владений – недостаточный.

Вопросы для семинаров

Тема. Особенности многолетней подготовки спортсменов

1. Основные этапы многолетней спортивной деятельности и особенности спортивной подготовки на отдельных этапах.
2. Специфика футбола и продолжительность подготовки спортсменов на уровне спортивных резервов и в спорте высших достижений.
3. Критерии оценки качества работы тренеров и спортивных организаций в футболе.

Тема. Тренировочные средства в решении задач спортивной подготовки футболиста

1. Основные закономерности тренировки, дидактические основы тренировочного процесса.
2. Связь тренировки с соревновательной деятельностью.
3. Интегральная подготовка: задачи, средства, методы.
4. Теоретическая подготовка.
5. Тренировочные и соревновательные нагрузки.
6. Интенсивность и объем тренировочной нагрузки.
7. Характер отдыха и его продолжительность.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания ответа на семинаре

При оценивании ответа на семинаре следует уделять внимание тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто ли содержание понятий, верно ли использованы научные термины; использованы ли при ответе ранее приобретенные знания; раскрыты ли в процессе причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать знаниями, анализировать информацию.

Критерии оценки (в баллах):

- 5 баллов выставляется студенту, если полно раскрыто содержание материала; четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий; верно использованы научные термины; ответ самостоятельный, использованы ранее приобретенные знания; раскрыты причинно-следственные связи; демонстрируются высокий уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- 4 балла выставляется студенту, если раскрыто основное содержание материала; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; определения понятий неполные, допущены незначительные нарушения в последовательности изложения; небольшие недостатки при использовании научных терминов; демонстрируются хороший уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию;
- 3 балла выставляется студенту, если недостаточно раскрыто основное содержание учебного материала, не последовательно; определения понятий недостаточно четкие; допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию низкий;
- 2 балла выставляется студенту, если не раскрыто содержание учебного материала, изложено фрагментарно, определения понятий не четкие; допущены значительные ошибки в использовании научной терминологии определения понятий; уровень умения оперировать научными категориями, анализировать информацию очень низкий.

Лабораторная работа**Тема. Общеразвивающие и специальные упражнения футболиста.**

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Имитационные и подготовительные упражнения.
3. Специальные упражнения.
4. Упражнения для развития выносливости.
5. Упражнение для развития силы.
6. Упражнения для развития быстроты.
7. Упражнения для развития гибкости.

Тема. Виды подготовки спортсмена.

1. Общая физическая подготовка спортсмена. Ее цели и задачи.
2. Специальная физическая подготовка спортсмена. Ее цели и задачи.
3. Объем и интенсивность средств физической подготовки в спортивной тренировке.
4. Теоретическая и тактическая подготовка спортсмена.
5. Техническая и морально-волевая подготовка спортсмена.

Тема. Единство обучения, тренировки и воспитания

1. Задачи обучения и тренировки
2. Особенности обучения двигательным действиям
3. Формы организации обучения и тренировки
4. Основные средства и методы обучения и тренировки
5. Методы обучения и тренировки

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения лабораторных работ

Описание методики оценивания выполнения лабораторных работ: оценка за выполнение лабораторных работ ставится на основании знания теоретического материала по теме работы, умений и навыков применения знаний на практике, работы с оборудованием, анализировать результаты работы.

Критерии оценки:

- «отлично» выставляется студенту, если демонстрируются знания темы, цели и задач лабораторной работы, хода работы, демонстрируется полное знание теоретического материала по теме лабораторной работы (в процессе обсуждения, при ответе на контрольные вопросы); демонстрируются умения и навыки работы с компьютером и графическими редакторами,

применения знания на практике, анализа результатов работы и формулирование выводов, владение навыками прикладной деятельности;

- **«хорошо»** выставляется студенту, если демонстрируются знания темы, цели и задач лабораторной работы, хода работы, имеются пробелы в знании применяемых методик исследования; демонстрируется неполное знание фактического материала по теме лабораторной работы (в процессе обсуждения, при ответе на контрольные вопросы); демонстрируются некоторые недостатки умения применять знания на практике, недостатки владения навыками прикладной деятельности и способности анализировать результаты работы, формулировать выводы, проследить причинно-следственные связи;

- **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если демонстрируются неполные знания цели и задач лабораторной работы, хода работы, применяемых методик исследования; демонстрируется неполное, несистемное знание теоретического материала по теме лабораторной работы (в процессе обсуждения, при ответе на контрольные вопросы); демонстрируются заметные недостатки в умении применять знания на практике, недостаточно владеет навыками прикладной деятельности, способностью анализировать результаты работы и формулировать выводы, проследить причинно-следственные связи;

- **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если демонстрируются полное или почти полное отсутствие знания цели и задач лабораторной работы, хода работы, применяемых методик исследования; демонстрируется полное или почти полное отсутствие знания теоретического материала по теме лабораторной работы (в процессе обсуждения, при ответе на контрольные вопросы); демонстрируются значительные недостатки умения применять знания на практике, владения навыками прикладной деятельности, способности анализировать результаты работы и формулировать выводы, проследить причинно-следственные связи.

Практическое задание

1. Разработать свой вариант методики, направленной на рациональное формирование техники.
2. Разработать свою методику применения подвижных игр, направленных на освоение техники игры в футбол для начинающих спортсменов.
3. Предложить способы исправления ошибок при ведении мяча в футболе. Разработать методику применения средств и методов, направленных на обучение технике ведения мяча.
4. Предложить свою методику воспитания силовых способностей.
5. Разработать схему-проект воспитания выносливости с применением аэробных упражнения.
6. Составить комплекс упражнений для одного занятия, направленного на разностороннюю физическую подготовку средствами футбола.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения практического задания

Описание методики оценивания: при оценке решения практического задания наибольшее внимание должно быть уделено тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны ли определения, раскрыто содержание понятий, верно ли использованы научные термины, использованы ли аргументированные доказательства, опыт деятельности, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высок уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации, владения навыками практической деятельности.

Критерии оценки:

- **«отлично»** выставляется студенту, если задание грамотно проанализировано, установлены причинно-следственные связи, демонстрируются умения работать с источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено оптимальное решение практического задания;

- **«хорошо»** выставляется студенту, если задание проанализировано в целом верно, в основном установлены причинно-следственные связи, демонстрируются достаточные умения работать с

источниками информации, владение навыками практической деятельности, найдено решение практического задания, но имеет некоторые недочеты

- **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если задание проанализировано поверхностно, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируются слабые умения работать с источниками информации, неуверенное владение навыками практической деятельности, найдено решение практического задания, но имеет значительные недочеты;

- **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если задание не проанализировано, не установлены причинно-следственные связи, демонстрируется отсутствие умения работать с источниками информации, не сформированы навыки практической деятельности, решение практического задания не найдено.

Реферат

1. Психофизиологическая характеристика основных групп видов спорта и систем физических упражнений.
2. Характеристика особенностей воздействия избранного вида спорта (системы физических упражнений) на физическое развитие и физическую подготовленность.
3. Перспективное, текущее и оперативное планирование спортивной подготовки.
4. Виды контроля при занятиях физической культурой и спортом. Их цели и задачи.
5. Методика составления индивидуальных оздоровительных и тренировочных программ по избранному виду физической активности.
6. Коррекция содержания и методики занятий физическими упражнениями по результатам контроля.
7. Основные методики занятий физическими упражнениями.
8. Индивидуальный выбор видов спорта или систем физических упражнений.
9. Массовый спорт и спорт высших достижений. Их цели задачи.
10. Пути достижения физической, технической, тактической и психологической подготовленности.
11. Виды и методы контроля за эффективностью тренировочных занятий.
12. Диагностика и самодиагностика состояния организма при регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом.
13. Физическая подготовленность занимающихся. Основные критерии.
14. Определение уровня физического состояния через нагрузочные тесты
15. Инновационные технологии в физическом воспитании.
16. Социально-психологические и экономические проблемы современного образования и развития физической культуры и спорта.
17. Характеристика специальных физических качеств футболистов.
18. Методика обучения техническим приемам игры в футбол.
19. Современная тактика в футболе.
20. Начальное обучение юных футболистов тактике игры.
21. Специальные упражнения для овладения индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями нападения на занятиях в секциях.
22. Специальные упражнения для овладения индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями защиты на занятиях в секциях.
23. Структура специальной физической подготовленности футболиста.
24. Средства и методы тактической подготовки футболистов.
25. Понятие о технике. Классификация техники в футболе.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания выполнения реферата

Оценка **«отлично»** ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы

выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка **«хорошо»** ставится, если основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка **«удовлетворительно»** ставится, если имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка **«неудовлетворительно»** ставится, если тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Зачет

Зачет является оценочным средством для всех этапов освоения компетенций.

Примерные вопросы к зачету, 1 курс / 3 сессия

1. Краткие сведения об играх с мячом в древнем мире и в средние века.
2. Развитие футбола в России.
3. Основные этапы развития футбола в СССР.
4. Футбол как вид спорта и средство физического воспитания.
5. Планирование и виды соревнований. Положение о соревнованиях, его значение и содержание.
6. Системы розыгрыша. Характеристика систем. Способы составления расписания игр и определение мест в розыгрыше.
7. Правила игры в футбол и их влияние на характер, и содержание игры.
8. Изложение основных положений из разделов правил игры.
9. Роль и значение судьи. Руководство игрой. Обязанности судьи. Взаимодействие главного судьи с судьями на линии и резервным судьей.
10. Система профессионально значимых двигательных действий и повышение спортивных достижений
11. Средства, формы и методы совершенствования силы и точности ударов по мячу ногами.
12. Методы технической подготовки футболистов.
13. Последовательность обучения основным техническим приемам владения мячом.
14. Классификация тактики. Значение тактики и ее взаимосвязь с другими компонентами игры. Виды тактики в футболе.
15. Средства тактической подготовки.
16. Методика воспитания прыгучести у юных футболистов.
17. Структура специальной физической подготовленности футболиста.
18. Средства, формы и методы совершенствования ударов головой.
19. Взаимосвязь видов подготовки.
20. Развитие специальных физических качеств, необходимых для игры в футбол
21. Мини-футбол. Основные правила игры. Методика обучения технике и тактике игры.
22. Техника безопасности и предупреждение травматизма на занятиях и при проведении соревнований по футболу.
23. Гигиенические требования к инвентарю, оборудованию, к одежде занимающихся при проведении занятий по футболу.
24. Футбол в физическом воспитании различных категорий населения.
25. Структура учебно-тренировочного занятия. Характеристика частей учебно-тренировочного занятия.
26. Начальный спортивный отбор: второй этап (цель, задачи, характеристика способностей).

27. Содержание «круговой» формы тренировки.
28. Методика контроля соревновательной деятельности.
29. Методы обучения и тренировки.
30. Морально-волевая подготовка футболистов (задачи, содержание, средства, методы).
31. Формы проявления быстроты в футболе.
32. Определение понятия нагрузки и факторы ее определяющие.
33. Виды комбинаций в футболе.
34. Средства и методы технической подготовки футболистов.
35. Возрастные особенности развития скоростно-силовых способностей футболистов.
36. Выносливость. Виды выносливости и их проявления в футболе.
37. Гибкость и ее проявление в футболе. Виды гибкости. Средства и методы развития гибкости.
38. Единство обучения и тренировки и их взаимосвязь.
39. Критерии технического мастерства футболистов (объем, разносторонность, эффективность и надежность), и их характеристика.
40. Ловкость и ее проявление в футболе. Средства и методы развития ловкости.
41. Тактика футбола (определение, ее значение для совершенствования спортивного мастерства).
42. Технологии обучения двигательным действиям и развития физических качеств
43. Интегративный характер и место ПФСС в комплексе дисциплин предметной подготовки
44. Характеристика профессионального физкультурного образования, направленность на формирование педагога по физической культуре, тренера по виду спорта
45. Педагог по физической культуре, тренер по виду спорта как профессии педагогического профиля, факторы, обуславливающие эффективность их работы.
46. Понятие профессионализма в сфере физического воспитания и спорта
47. Врачебно-педагогический контроль за состоянием здоровья занимающихся.
48. Основные этапы многолетней спортивной деятельности и особенности спортивной подготовки на отдельных этапах.

Методические материалы, определяющие процедуру оценивания зачета

При оценке ответа на зачете максимальное внимание должно уделяться тому, насколько полно раскрыто содержание материала, четко и правильно даны определения, раскрыто содержание понятий, насколько ответ самостоятельный, использованы ли ранее приобретенные знания, раскрыты ли причинно-следственные связи, насколько высокий уровень умения оперирования научными категориями, анализа информации.

При оценивании зачета учитываются результаты всей практической деятельности студентов в рамках дисциплины в течение семестра. Зачет выставляется при условии правильного выполнения в полном объеме всех заданий.

Критерии оценки:

«зачтено» выставляется студенту, если студент дал полные, развернутые ответы на все теоретические вопросы, продемонстрировал знание функциональных возможностей, терминологии, основных элементов, умение применять теоретические знания при выполнении практических заданий. Все задания и практические работы за семестр выполнены полностью без неточностей и ошибок;

«не зачтено» выставляется студенту, если ответ на теоретические вопросы свидетельствует о непонимании и крайне неполном знании основных понятий и методов. Обнаруживается отсутствие навыков применения теоретических знаний при выполнении практических заданий. Студент допустил грубые ошибки при выполнении практических работ в семестре или не выполнил задания.

1. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения

дисциплины

Основная литература

1. Гришина, Ю.И. Общая физическая подготовка: Знать и уметь : учебное пособие / Ю.И. Гришина. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2010. - 250 с. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271497>
2. . Теория и методика физической культуры : учебник для студ. вузов по направл. подг. 49.03.01 Физическая культура / О. Ю. Масалова .— Ростов-на-Дону : Феникс, 2018 .— 572 с. — (Высшее образование) .— Библиогр.: с. 568 .— ISBN 978-5-222-28626-5 : 1071 р. 00 к.
3. Губа, В.П. Теория и методика футбола : учебник / В.П. Губа, А.В. Лексаков. – Москва : Спорт, 2015. – 568 с. : ил., табл., граф. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9906578-9-2 ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430456>

Дополнительная литература

1. Губа, В.П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) / В.П. Губа. - Москва: Советский спорт, 2012. - 384 с. - ISBN 978-5-9718-0577-9; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210423>
2. Губа, В.П. Теория и методика мини-футбола (футзала) : учебник / В.П. Губа. - Москва : Спорт, 2016. - 201 с. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461299>
3. Спортивные игры. Совершенствование спортивного мастерства : учеб. для студ. вузов, обуч. по спец."Физ. культура" / Ю. Д. Железняк [и др.] ; под ред.Ю.Д. Железняка, Ю.М. Портнова .— 5-е изд., стер. — М. : Академия, 2012 .— 397 с.

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/>.
2. Электронная библиотечная система «Лань» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://e.lanbook.com/>.
3. Университетская библиотека онлайн biblioclub.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/>.
4. Электронная библиотека УУНиТ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://elib.bashedu.ru/>.
5. Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.rsl.ru/>.
6. Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://xn--90ax2c.xn--p1ai/viewers/>.
7. Национальная платформа открытого образования proed.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://npoed.ru/>.
8. Электронное образование Республики Башкортостан [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://edu.bashkortostan.ru/>.
9. Информационно-правовой портал Гарант.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.garant.ru/>.

Программное обеспечение

1. Браузер Google Chrome - Бесплатная лицензия https://www.google.com/intl/ru_ALL/chrome/privacy/eula_text.html
2. Office Professional Plus - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159-ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021

3. Windows - Договор №0301100003620000022 от 29.06.2020, Договор № 2159- ПО/2021 от 15.06.2021, Договор №32110448500 от 30.07.2021

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специализированных аудиторий, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Аудитория 1 (тренажерный зал) (БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Вибромассажер, вибромассажер larsen, зеркало настенное, шведская стенка, гири спортивные, гантели, мат гимнастический, дорожка беговая larsen tm8420a, перекладина, тренажер, тренажер для ног, гак-машина, тренажер силовой, кроссовер, штанга 85 кг, тренажер "бицепс-трицепс", тренажер "сведения и разведения ног", тренажер "жим горизонтальный".
Аудитория 1 б (тренажерный зал)(БФ)	Для хранения оборудования	Ракетки для настольного тенниса, мячи для настольного тенниса, коврик гимнастический, обруч гимнастический, скакалка, степ-платформа.
Аудитория 10 (спортивный зал) (БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Скамейки, щит баскетбольный, сетка волейбольная.
Аудитория 10 а (СЗ)(БФ)	Для хранения оборудования	Мяч гандбольный, мяч футбольный, барьер, стойки легкоатлетические, планка легкоатлетическая, мяч баскетбольный, мяч волейбольный.
Аудитория 1 а (компьютерный класс)(БФ)	Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Компьютеры в сборе. Программное обеспечение 1. Office Professional Plus 2. Браузер Google Chrome
Аудитория 203(ФМ)	Лекционная, Семинарская, Для консультаций, Для контроля и аттестации	Настенный экран, учебно-методические пособия "теория и методика физической культуры и спорта", учебно-методические пособия "методика обучения"

		<p>физической культуре", проектор vivitek, классная доска, учебная мебель.</p> <p>Программное обеспечение</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Office Professional Plus 2. Windows 3. Браузер Google Chrome
Аудитория 301 Читальный зал (электронный каталог)(ФМ)	Для самостоятельной работы	<p>Компьютеры в сборе, принтер samsung, сканер hp scanjet g2410.</p> <p>Программное обеспечение</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Браузер Google Chrome 2. Office Professional Plus