

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Б1. О.20.02
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивно-педагогический практикум 2

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

направленность (профиль)
Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

Форма обучения: заочная

Год набора: 2021

Общая трудоемкость: 2 ЗЕТ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	5	Итого
Форма контроля	зачет	
Вид занятий		
Лекции		
Лабораторные		
Практические	8	8
Руководство: курсовые работы		
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа		
Самостоятельная работа	60	60
Контроль	3,75	3,75
Итого	72	72

Рабочую программу составил(и):

доцент, Рева В. А.

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рецензирование рабочей программы дисциплины:



Отсутствует



Рецензент

(должность, ученое звание, степень, Фамилия И.О.)

Рабочая программа дисциплины составлена на основании ФГОС ВО и учебного плана направления подготовки

49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм».

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

На заседании кафедры «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(протокол заседания № 2 от «20» сентября 2020 г.).

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – совершенствование нравственного и физического воспитания студентов средствами циклических и ациклических видов спорта, подготовка специалиста в области физической культуры и спорта. Обеспечить профессионально-методическую подготовку, необходимую будущим бакалаврам для осуществления физического воспитания средствами плавания

Задачи:

1. Обучить студентов основам техники спортивного и прикладного плавания.
2. Обеспечить целенаправленную профессиональную подготовку студентов, направленную на привлечение к активным занятиям плаванием как средства оздоровления и физического воспитания.
3. Формировать у студентов практический навык использования полученных знаний в жизни.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование, Технологии физкультурно-спортивной деятельности.

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса)– базовые виды двигательной деятельности., спортивная ориентация и отбор, профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование, организация летнего оздоровительного отдыха детей и молодёжи.

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Планируемые результаты обучения
Способность поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)	УК-7.1. Знает основные средства, методы, задачи физической культуры и ее подготовки, подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности;
	УК-7.2 Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности. пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и	Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений. Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Планируемые результаты обучения
	обнаруживать их неисправности средствами игры в баскетбол.	Владеть: Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.
	УК-7.3. Владеет методиками определения основных особенностей, готовностью поддерживать уровень физической подготовки, техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.	Знать: Знает основы контроля и самооценки уровня физической подготовленности; Уметь: Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности;
Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью (ОПК -3)	ОПК-3.1. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.	Знать: организационно-методическая, управленческая деятельность связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью Уметь: Осуществлять рекреационно-оздоровительной и тренировочной деятельности в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма Владеть: организационно-управленческой деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма
	ОПК-3.2. способностью оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности	Знать: важнейшие методы проведения педагогического и медико-биологического контроля; - психолого-педагогические, социально-психологические и медико-биологические закономерности развития физических качеств и двигательных умений субъектов профессиональной деятельности. Уметь: определять цели и задачи рекреационной и туристской деятельности как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека; планировать уроки, занятия, мероприятия и другие формы

Формируемые и контролируемые компетенции (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Индикаторы достижения компетенций (49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм)	Планируемые результаты обучения
		<p>рекреативно-оздоровительной туристской деятельности.</p> <p>Владеть: методами и средствами сбора, обобщения и использования информации методиками оценки развития и состояния рекреационных систем и туризма;</p> <p>- методикой определения эффективности средств и методов рекреации и туризма</p>
	ОПК-3.3. способностью на практике внедрять инновационные технологии туристских, рекреационно-оздоровительных и фитнес услуг в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность, туристско рекреационных учреждениях	<p>Знать: Планирование, учет и анализ результатов тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе.</p> <p>Уметь: Осуществление рекреационной деятельности средствами спортивно-оздоровительного туризма</p> <p>Владеть: с физкультурно-спортивными организациями в целях пополнения резерва спортивной сборной команды Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)</p>

4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	ПрЗ 1	Набивание (жонглирование) волана, кол-во раз	5	2		-	
		Передвижение в четыре точки из центра площадки (приставным, крестным и простым шагом), переноса воланы в каждый угол площадки				-	
		Выполнение короткой передачи волана из правой передней зоны площадки в левую переднюю зону (по диагонали), кол-во раз				-	
		Выполнение короткой подачи открытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз				-	
Модуль 1	Ср. 1	Изучение теоретического материала. Техника и тактика парной игры. Изучение основных ударов в бадминтоне (удары сверху открытой и закрытой стороной (удары справа и слева).	5	12			
Модуль 1	ПрЗ 2	Выполнение короткой подачи закрытой стороной ракетки, по 5 ударов из двух квадратов, кол-во раз	5	2		-	
		Выполнение высоко-далекой подачи на заднюю линию площадки, кол-во раз				-	
		Выполнение атакующего удара «смеш» по прямой линии в среднюю зону площадки, кол-во раз				-	
		Изучение способов хвата ракетки, техники передвижения по площадке, основных стоек игрока.				-	Доклад с презентацией

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	Ср. 2	Составление конспекта в рабочей тетради по теме Методика обучения технике бадминтона		12			
Модуль 1	Пр3 3	Изучение основных типов подач в бадминтоне (высоко-далекая, короткая и плоская подачи).	5	2		-	
		Обучение техники приема подачи				-	конспект
		Изучение сеточного удара (подставка откидка, удар по диагонали).				-	
		Круговая тренировка, общефизическая подготовка.				-	
Модуль 1	Ср. 3	Составление конспекта в рабочей тетради по теме "Техника и тактика парной игры"	5	12			
Модуль 1	Пр3 4	Совершенствование сеточного удара.	5	2		-	
		Жонглирование воланом на различной высоте с перемещением.				-	
		Проведение одиночных встреч до 5, 11, 21 очков.				-	
		Обучение техники выполнения короткой подачи.				-	конспект
Модуль 1	Ср. 4	Изучение теоретического материала. Обучение техники выполнения плоской подачи. Совершенствование техники приема подачи и выполнения подачи.	5	12		-	конспект
Модуль 1	Ср. 5	Составление конспекта в рабочей тетради по теме "Совершенствование техники приема и выполнения подач"	5	12			

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Семестр	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1	ПА	Промежуточная аттестация	5	0,25			
Модуль 1	К	Контроль	5	3,75			
Модуль 1	ТИ	Итоговый тест по курсу через ОТ				-	
Итого:				72			

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов по всем учебным мероприятиям, предусмотренным в курсе

Текущий рейтинг (все занятия и промежуточные тесты) + Результат итогового теста и все делится на 2 + ББ (если ББ предусмотрены)

5. Образовательные технологии

Лекционно-семинарско-зачетная система.

Технология использования в обучении игровых методов: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Информационно-коммуникационные технологии.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Слушать лекцию.

Конспектировать лекции.

Выступать с докладами на семинарских занятиях.

Выполнять практические задания.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
5	УК-7, ОПК-3	Вопросы к зачету № 1-25
5	УК-7, ОПК-3	Знания основных правил игры в бадминтон
5	УК-7, ОПК-3	изучение и совершенствование основных способов подачи и ударов, теории и практики одиночной и парной игры.
5	УК-7, ОПК-3	Удары: фронтальные, нефронтальные; открытой и закрытой стороной ракетки; сверху, сбоку, снизу; высоко-далекий; высокий атакующий; атакующий («смеш», «полусмеш»); плоский; укороченный; сброс на сетке; подставка; подкрутка, в «противоход».

7.2. Типовые задания или иные материалы, необходимые для текущего контроля

7.2.1. Письменные работы, доклад

(наименование оценочного средства)

Типовой(ые) пример(ы) задания(ий)

Выполнение письменных работ на тему:

Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1.	Правильное перемещение по площадке.
2.	Обучение различным способам хватов ракетки.
3.	Имитация упражнений без ракетки и без волана; с ракеткой и без волана; с ракеткой и подвесным воланом.
4.	Обучение основной стойке при подаче, при приеме подачи, при ударах.
5.	Жонглирование воланом. Обучение подаче. Обучение ударам. Обучение замаху при ударах.
6.	Для развития силы мышц плечевого пояса и подвижности в суставах с ракеткой и без ракетки.
7.	Для увеличения подвижности плечевого пояса.
8.	Для увеличения подвижности суставов ног.
9.	Для развития гибкости туловища.
10.	С гимнастической скакалкой (прыжки).
11.	С выпадам для повышения скорости выполнения ударов.

Краткое описание и регламент выполнения

Оформляется в виде рукописи или рукописи в печатном виде с использованием компьютера в объеме 10-15 стр.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды; материал доступен для слушателей, в процессе презентации проявляет владение материалом;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы, приводит различные точки зрения, недостаточно аргументированы собственные взгляды; есть замечания к манере подачи материала в ходе презентации;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если его доклад самостоятельный, представляющий собой краткое изложение полученных результатов теоретического анализа проблемы, однако низкая степень раскрытия сущности проблемы, недостаточная обоснованность выбора источников, есть замечания к манере его подачи;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил доклад.

7.2.2. План-конспект урока

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

Подготовить план-конспект по бадминтону.

Правильность составления конспекта урока (наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений).

Оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, соответствие терминологии спортивной игры, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если его конспект составлен правильно с допущением 1-2 ошибок при записи упражнений и терминологии, наличие цели и задач урока, соответствие терминологии и правилам записи строевых и общеразвивающих упражнений, наличие дозировки и методических указаний, нет замечаний к оформлению конспекта;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если в конспекте допущены 3 и более ошибок при записи упражнений и терминологии спортивного туризма, отсутствие цели и задач урока, наличие дозировки и методических указаний, есть замечания к оформлению конспекта;

□ **оценка «неудовлетворительно»** выставляется студенту, если он не подготовил конспект.

7.2.3. Дискуссия

(наименование оценочного средства)

Дискуссия

- Включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.

Тема для дискуссии:

1. Ловкость (жонглирование)
2. Быстрота реакции на неожиданно появившийся предмет
3. Оперативное мышление
4. Подвижность плечевого пояса
5. Скорость одиночного движения
6. Скорость перемещения по площадке
7. Подача
8. Прием подачи
9. Скорость одиночных ударов
10. Какое кол-во медалей разыгрывается по бадминтону на ОЛ и ЧМ.
11. Материально-техническое обеспечение в бадминтоне.

Процедура оценивания: оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

- 5 баллов - выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, речь грамотная, собственная точка зрения хорошо аргументирована, студент отвечает на дополнительные вопросы;
- 4 балла - выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, представлена собственная точка зрения;
- 3 балла - выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, представлена собственная точка зрения, но студент не отвечает на дополнительные вопросы;
- 2 балла - выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, не представлена;
- 1 балл – студент не владеет теорией, не может объяснить свою точку зрения.

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр _____ 5 _____

№ п/п	Вопросы к зачету
1.	История возникновения бадминтона;
2.	Особенности бадминтона
3.	Актуальность, популярность бадминтона;
4.	Влияние бадминтона на организм.
5.	Хватка ракетки, стойка, и перемещения подача, удары
6.	Способы проведения занятий по обучению физическим упражнениям.
7.	Правила безопасности на уроках бадминтона
8.	Личная гигиена и режим дня
9.	Основная стойка при подаче, приеме подачи, ударах. Подача
10.	Влияние заболевания на личную работоспособность и самочувствие.
11.	Двигательные умения и ациклические упражнения.
12.	Функции основных групп мышц двигательного аппарата.
13.	Воздействие упражнений, сил природы на функции организма.
14.	Образ жизни, тренированность организма
15.	Методы физического воспитания
16.	Терминология, используемая на занятиях по физкультуре.
17.	Взаимодействие звеньев опорно-двигательного аппарата.
18.	Критерии и факторы состояний организма, зоны интенсивности нагрузок по ЧСС.
19.	Энергия для работающих мышц (оперативные и резервные источники).
20.	Регулярные наблюдения за состоянием организма при выполнении оздоровительных упражнений.
21.	Правила поведения соревнований по бадминтону
22.	развития основных мышечных групп туловища и плечевого пояса для повышения скорости выполнения ударов
23.	Передвижение по площадке с ракеткой с имитацией техники ударов
24.	Размеры игровой площадки для одиночной и парной игры
25.	Правила подачи и система подсчета очков.

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
5	Зачет (по накопительному рейтингу)	«зачтено»	ответ полный, точный, аргументированный, самостоятельный пользуясь современной научной лексикой; студент при ответе на дополнительные вопросы демонстрирует свободное владение

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
			содержанием курса
		«не зачтено»	ответ на теоретический вопрос не выстроен логично, в речи преобладает бытовая лексика, наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии; студент не может раскрыть вопрос, на дополнительные вопросы не отвечает; не имеет четкого теоретического обоснования; содержанием курса не владеет

Тестирование:

Критерии баллов:

- 100-80 баллов – «отлично»;
- 79-60 баллов – «хорошо»;
- 59-40 баллов – «удовлетворительно»;
- 39 и ниже «неудовлетворительно».

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Обязательная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1	Григоровича В.А	Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. пособие для вузов / Е. С. Григорович [и др.]; под ред. Е.С. Григоровича, В.А. Переверзева. - 4-е изд. испр. - Минск: Вышэйшая школа, 2014. - 350 с. - ISBN 978-985-06-2431-4.	Учебное пособие	2014	ЭБС "ZNANIUM.COM"
2	Быченков С. В.	Физическая культура [Электронный ресурс]: учеб. для студентов вузов / С. В. Быченков, О. В. Везеницын. - Саратов: Вузовское образование, 2016. - 270 с.	Учебник	2016	Репозиторий ТГУ
3	Барчуков И. С.	Физическая культура: методики практического обучения: учебник / И. С. Барчуков. - Москва: КНОРУС, 2014. - 304 с.	Учебник	2014	3

8.2. Дополнительная литература

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно-методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
1.	Губа В. П.	Основы спортивной подготовки [Электронный ресурс]: методы оценки и прогнозирования: морфобиомеханический подход: науч.-метод. пособие / В. П. Губа. - Москва:	учебно-методическое пособие	2012	Репозиторий ТГУ

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
		Советский спорт, 2012. - 384 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0577-9.			

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016–. – Режим доступа: apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

Scopus[Электронный ресурс] : реферативная база данных. – Netherlands: Elsevier, 2004–. – Режим доступа: scopus.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва: НЭБ, 2000–. – Режим доступа: elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.

SpringerLink[Электронный ресурс] : [база данных]. – Switzerland: SpringerNature, 1842–. – Режим доступа: link.springer.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.

ScienceDirect[Электронный ресурс] : коллекция электронных книг издательства Elsevier. – Netherlands: Elsevier, 2018–. – Режим доступа: sciencedirect.com. – Загл. с экрана. – Яз. англ.

Естественно-научные основы физической культуры и спорта: [Электронный ресурс] / Советский спорт 2014 г. 464 страницы. — Режим доступа к учебнику.: <http://www.knigafund.ru/books/172689>

Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс] <http://www.edu.ru/>

Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс] <http://www.edu.ru/>

- <https://dspace.tltsu.ru/bitstream/123456789/6171/1/PiyansinAN%201-05-16-eui-Z.pdf>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1.	Windows	Договор от 19.05.2015г. № 690, бессрочно
2.	Office Standart	Договор от 20.07.2016г. № 727 бессрочно

8.5. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий, мастерских и др. объектов для проведения практических и лабораторных занятий, помещений для самостоятельной работы обучающихся (номер аудитории)	Перечень основного оборудования
1	Компьютерный класс. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа. Учебная аудитория для проведения лабораторных работ. Учебная аудитория для практических занятий. Учебная аудитория для выполнения учебных, курсовых и дипломных работ. Учебная аудитория для курсового проектирования (выполнения курсовых работ). Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы (У-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.