

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

Б1.О.20.03
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Спортивно-педагогический практикум 3

(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 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	6	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, к.п.н, доцент Пиянзин А.Н.

(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 «18» 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.

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)–Педагогическое мастерство тренера, Спортивная ориентация и отбор, Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование, Организация летнего оздоровительного отдыха детей и молодежи.

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
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	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 в подвижных играх; Владеть: самоконтролем и анализом своего физического состояния, физической подготовленности.
	УК-7.2 Умеет самостоятельно оценивать уровень физической подготовленности. пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности	Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений. Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности; Владеть: Соблюдает правила техники безопасности при выполнении физических

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>средствами игры в баскетбол.</p>	<p>упражнений.</p>
	<p>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.</p>	<p>Знать: требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности работников; Уметь: Обладает знаниями о технике двигательных действий базовых видов спорта; Владеть: техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.</p>
<p>ОПК-3 Способен обучать двигательным действиям, связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью</p>	<p>ОПК-3.1. Планирует и проводит учебные и тренировочные занятия по обучению двигательным действиям связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью.</p>	<p>Знать: организационно-методическая, управленческая деятельность связанным с учебно-тренировочной, рекреационно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельностью</p> <p>Уметь: Осуществлять рекреационно-оздоровительной и тренировочной деятельности в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма</p> <p>Владеть: организационно-управленческой деятельности в области рекреации и спортивно-оздоровительного туризма</p>
	<p>ОПК-3.2. способностью оценивать эффективность используемых средств и методов в учебно-тренировочном процессе, рекреационно-оздоровительной, туристской, коррекционной и консультационной деятельности</p>	<p>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.</p> <p>Уметь: определять цели и задачи рекреационной и туристской деятельности как факторов гармонического развития личности, укрепления здоровья человека; планировать уроки, занятия,</p>

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>мероприятия и другие формы 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	Практическое занятие	Возрастные особенности физического развития и функциональной подготовленности спортсменов. Методика совершенствование основных двигательных качеств спортсменов.	6	2		-	
Модуль 1	Практическое занятие	Общая физическая подготовка спортсменов. Специальная физическая подготовка спортсменов. Контроль функциональной подготовленности спортсменов.	6	2		-	
Модуль 1	Практическое занятие	Методика совершенствования волевых качеств и специальная психическая подготовка. Периодизация спортивной тренировки в спорте (планирование и контроль).	6	2		-	
Модуль 1	Практическое занятие	Методика построения тренировочных занятий (малые циклы тренировки, средние циклы тренировки). Методика построения тренировочных занятий (тренировка в подготовительном периоде, в соревновательном периоде)	6	2		-	
Модуль 1	СР	Реферат и доклад по предложенной теме	6	60		-	
Модуль 1	ПА		6	4		-	зачет
Итого:				72			

5. Образовательные технологии

Лекционно-семинарско-зачетная система.

Технология дистанционного обучения

Информационно-коммуникационные технологии.

6. Методические указания по освоению дисциплины

Слушать лекцию.

Конспектировать лекции.

Выступать с докладами на семинарских занятиях.

Выполнять практические задания.

Уметь работать с литературой.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
6	УК-7, ОПК-3	Вопросы к зачету № 1-44

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

7.2.1. Письменные работы, реферат

(наименование оценочного средства)

Типовой(ые) пример(ы) задания(ий)

Выполнение письменных работ на тему:

Темы письменных работ

№ п/п	Темы
1	История возникновения и развития баскетбола.
2	Классификация способов перемещения в баскетболе.
3	Классификация техники владения мячом в баскетболе.
4	История возникновения и развития бадминтона.
5	История возникновения и развития гандбола.
6	История возникновения и развития стритбола.
7	Анализ и пути устранения характерных ошибок при зонной защите в мужских командах.
8	Исследование причин нарушения правил игры.
9	Исследование техники и тактики игры вратаря при отражении штрафных бросков.
10	Исследование средств и методов развития специальной выносливости гандболиста в защите.
11	Развитие волейбола в России на современном этапе.
12	Характеристика основных международных соревнований.
13	Характеристика сильнейших команд Мира.
14	История возникновения и становления волейбола, эволюция правил игры.
15	Основные правила игры, жестикуляция.

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 материала;

□ **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 спортивным играм

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. Проведение урока по спортивным играм

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

При проведении студентом урока учитываются следующие критерии:

1. Подготовка мест занятий, оборудования, инвентаря, внешний вид (костюм) проводящего подготовительную часть урока (до 6 баллов).
 2. Объяснение и показ упражнений (до 12 баллов):
 - знание терминологии;
 - краткость, понятность объяснений, выразительность речи (голос);
 - правильность выбора места для показа упражнения;
 - зеркальный показ;
 - методическая правильность разучивания упражнения (сложные – по разделениям, простые - в целом);
 - умение давать методические указания по ходу выполнения упражнений, изменять темп, ритм движений, чёткое начало и завершение выполнения упражнений.
 3. Действия и поведение студента, проводящего урок (до 8 баллов):
 - практическая подготовленность (умение технически правильно демонстрировать упражнения);
 - умение держаться перед строем;
 - правильность и чёткость подачи команд, требовательность; - умение управлять действиями учащихся.
 4. Целесообразность и эффективность использования мест занятия, инвентаря и оборудования (до 8 баллов):
 - местонахождение проводящего при выполнении учащимися заданий;
 - рациональность размещения учащихся по местам выполнения заданий (упражнений).
 5. Обеспечение безопасности на уроке (до 12 баллов).
 6. Соблюдение плана проведения урока в соответствии конспекту (до 10 баллов): - распределение времени урока; - дозировка упражнений.
 7. Новизна и творчество на уроке (до 10 баллов): - включение оригинальных упражнений; - использование инвентаря на уроке.
 8. Достижение цели и задач урока (до 10 баллов):
 - соответствие упражнений урока;
 - адекватность методов организации учащихся при решении задач урока.
- Процедура оценивания:** оценивается преподавателем в соответствии с представленными критериями.

Критерии оценки:

- 60-70 баллов – «отлично»;
- 50-59 баллов – «хорошо»;
- 40-49 баллов – «удовлетворительно»;
- 39 и ниже «неудовлетворительно».

7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

Семестр _____ 6 _____

№ п/п	Вопросы к зачету
1.	Характеристика спортивных игр и их специфические признаки.
2.	Классификация спортивных игр.
3.	Организация и проведение соревнований по спортивным играм.
4.	Положение о соревнованиях и отчет главного судьи при организации соревнований по спортивным играм.
5.	Круговая система розыгрыша при проведении соревнований. Составить расписание игр для семи команд.
6.	Характеристика процесса обучения в спортивных играх. Этапы обучения.
7.	Этап ознакомления с приемом игры. Задачи, средства и методы обучения.
8.	Тактика игры. Основные понятия техники. Классификация техники игры.
9.	Значение скоростно-силовых качеств в спортивных играх.
10.	Характеристика спортивных игр, их специфические признаки.
11.	Место и значение спортивных игр в системе физического воспитания.
12.	Требования к специалисту по спортивным играм.
13.	Факторы, обуславливающие эффективность соревновательной деятельности в спортивных играх.
14.	Периодизация спортивной тренировки в спортивных играх.
15.	Планирование учебного процесса по спортивным играм в школе.
16.	Виды подготовки в спортивных играх, их взаимосвязь.
17.	Педагогический контроль и учёт в спортивных играх.
18.	Функции и амплуа игроков в гандболе, футболе, волейболе, баскетболе, их характеристика.
19.	Методы развития двигательных качеств в спортивных играх и их характеристика.
20.	Основные документы планирования учебной работы по спортивным играм в школе.
21.	Тренировка в спортивных играх, её характеристика и содержание.
22.	Внеклассная работа по спортивным играм в школе. Формы организации внеклассной работы.
23.	Техника игры, основные понятия и классификация.
24.	Основные понятия об игре. Эволюция игровой деятельности. Влияние игровой деятельности на организм занимающихся.
25.	Отбор для занятий спортивными играми. Этапы отбора.
26.	Морфологические особенности и функциональные возможности организма спортсменов, занимающихся волейболом, баскетболом, футболом, гандболом.
27.	Психологические качества и свойства личности волейболистов, баскетболистов, футболистов.
28.	Материально-техническое обеспечение занятий волейболом, баскетболом, футболом, гандболом, настольным теннисом.

29.	Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, гандбол) в школе.
30.	Подвижные игры в обучение техники спортивных игр.
31.	Индивидуальные и групповые действия в нападении и защите (волейбол, баскетбол, футбол, гандбол).
32.	Характеристика волейбола, баскетбола, футбола, гандбола, настольного тенниса как вида спорта и как средства физического воспитания.
33.	Место, оборудование и инвентарь для игры волейбол, баскетбол, футбол, гандбол, настольный теннис. Разметка игрового поля и его размеры.
34.	Характеристика двигательных качеств (сила, быстрота, ловкость, гибкость, выносливость), значение в спортивных играх. Методика воспитания этих качеств.
35.	Дозирование физической нагрузки в спортивных играх и её регулирование.
36.	Взаимосвязь физической подготовки с технической и тактической.
37.	Тактические комбинации в настольном теннисе.
38.	Этапы планирования тренировки по спортивным играм.
39.	Краткосрочное планирование спортивной тренировки.
40.	Структура и содержание микроциклов в соревновательном периоде.
41.	Подготовка команды к соревнованиям.
42.	Управление командой во время соревнований.
43.	Гандбол. Стремительное нападение, характеристика и применение в игре.
44.	Последовательность обучения техническим приёмам и тактическим действиям в спортивных играх

7.3.2. Критерии и нормы оценки

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

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	В.П. Губа	Теория и методика футбола : учебник / под общей редакцией В.П. Губы, А.В. Лексакова. — 2-е изд., перераб. и дополн. — Москва : Спорт-Человек, 2018. — 624 с.	Учебник	2018	Репозиторий ТГУ
2	В.П. Губа	Губа, В.П. Волейбол: основы подготовки, тренировки, судейства : учебное пособие / В.П. Губа. — Москва : Спорт-Человек, 2019. — 192 с.	Учебное пособие	2019	Репозиторий ТГУ
3	Л. Роуз	Роуз, Л. Баскетбол чемпионов: основы : руководство / Л. Роуз. — Москва : Спорт-Человек, 2014. — 272 с.	Практикум	2014	Репозиторий ТГУ
4	Максимова, М.Н.	Теория и методика синхронного плавания. Учебник : учебник / М.Н. Максимова. — 2-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2017. — 304 с.	Учебник	2017	Репозиторий ТГУ
5	Е.П. Врублевский	Врублевский, Е.П. Легкая атлетика: основы знаний в вопросах и ответах : учебное пособие / Е.П. Врублевский. —	Учебное пособие	2016	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
		2-е изд., испр. и дополн. — Москва : Спорт-Человек, 2016. — 240 с			

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.	Макеева В. С.	Теория и методика физической рекреации [Электронный ресурс] : учеб. пособие / В. С. Макеева, В. В. Бойко. - Москва : Советский спорт, 2014. - 152 с. - ISBN 978-5-9718-0710-0.	учебное пособие	2014	Репозиторий ТГУ
2.	Губа В. П.	Основы спортивной подготовки [Электронный ресурс] : методы оценки и прогнозирования : морфобиомеханический подход : науч.-метод. пособие / В. П. Губа. - Москва : Советский спорт, 2012. - 384 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-0577-9.	учебно-методическое пособие	2012	Репозиторий ТГУ

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.
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва : НЭБ, 2000– . – Режим доступа : elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- NEICON[Электронный ресурс] : электронная информация : архив научных журналов. – Москва : НЭИКОН, 2002– . – Режим доступа : neicon.ru/resources/archive. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- <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	Спортивный зал	Стойки волейбольные, ворота футбольные, баскетбольные щиты, скамейки, мячи волейбольные, футбольные, скакалки, обручи, фитболы, коврики гимнастические, сетка для большого тенниса
2	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	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет.

№ 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
	проведения групповых и индивидуальных консультаций Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы	