

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

Б1. В.06
(индекс дисциплины)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Велоспорт

(наименование дисциплины)

по направлению подготовки
49.03.01 Физическая культура
направленность (профиль)
Тренерская деятельность и фитнес-технологии

Форма обучения: заочная
Год набора: 2022
Общая трудоемкость: 4 ЗЕ

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр	4	Итого
Форма контроля	экзамен	
Вид занятий		
Лекции		
Лабораторные		
Практические	6	6
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР		
Промежуточная аттестация	0,35	0,35
Контактная работа		
Самостоятельная работа	129	129
Контроль	8,65	8,65
Итого	144	144

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

49.03.01 «Физическая культура»

Срок действия рабочей программы дисциплины до «30» декабря 2027 г.

УТВЕРЖДЕНО

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

(протокол заседания № 2 от «24» сентября 2021 г.).

Велоспорт.

1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины – является формирование компетенций по физической культуре, направленных на развитие личности студента и способности применения средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к будущей жизни и профессиональной деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (учебный курс) относится: Часть, формируемая участниками образовательных отношений.

Дисциплины, учебные курсы, на освоении которых базируется данная дисциплина (учебный курс) – «Анатомия», «Физиология», «Теория и методика физической культуры», спортивной тренировки», «Основы спортивной тренировки»,

Дисциплины, учебные курсы, для которых необходимы знания, умения, навыки, приобретаемые в результате изучения данной дисциплины (учебного курса) – «Базовые виды двигательной деятельности и методики обучения», «Технологии физкультурно-спортивной деятельности», «Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование», «Спортивно-педагогический практикум». Планирование и организация учебного и тренировочного процесса в спортивной школе, технологии проведения физкультурно-оздоровительной работы в общеобразовательных и дополнительных образовательных учреждениях

3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
Способен проводить с обучающимися тренировки на основе комплекса специальных упражнений для широкого спектра двигательных умений и навыков различных видов спорта, включая выбранный с целью развития технической подготовки (ПК-8)	ПК-8.1 Способен планировать учебно-тренировочный процесс по виду спорта	Знать: - виды планирования учебно-тренировочного процесса; - документы планирования образовательного процесса и тренировочного процесса на разных стадиях и этапах; - организацию образовательного процесса по физической культуре в образовательных организациях общего и профессионального образования; - организацию деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы по физической культуре и спорту; - терминологию и классификацию по виду спорта; - правила и организацию соревнований по виду спорта; -

Формируемые и контролируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
		<p>способы оценки результатов обучения в физической культуре и спорту; - терминологию, классификацию и общую характеристику спортивных дисциплин (упражнений); - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки; - виды и технологию планирования и организации учебно-тренировочного процесса по виду спорта.</p> <p>Уметь: - планировать тренировочный процесс, ориентируясь на общие положения теории физической культуры при опоре на конкретику избранного вида спорта;</p> <p>- планировать учебно-воспитательный процесс по физической культуре и спорту в соответствии с основной и дополнительной общеобразовательной программой;</p> <p>- определять формы, методы и средства оценивания процесса и результатов деятельности занимающихся при освоении программ по видам спорта;</p> <p>- определять задачи учебно-тренировочного занятия по виду спорта;</p> <p>- планировать содержание учебно-тренировочных занятий по виду спорта с учетом уровня подготовленности занимающихся, материально-технического оснащения, погодных и санитарно-гигиенических условий.</p> <p>Владеть: - способностью планирования учебно-тренировочных занятий по виду спорта, а также мероприятий оздоровительного характера с использованием различных средств физической культуры;</p> <p>- способностью планирования занятий по учебному предмету «Физическая культура»;</p> <p>- способностью планирования внеурочных занятий (кружков физической культуры, групп</p>

Формируемые и контролируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
		ОФП, спортивных секций); - способностью планирования мероприятий активного отдыха обучающихся в режиме учебного и вне учебного времени образовательной организации.
	ПК-8.2 Осуществляет процесс обучения в учебно-тренировочном процессе по виду спорта	<p>Знать: - положения теории физической культуры, определяющие методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <p>- методы оценки выполнения двигательных действий на разных этапах обучения; - технику выполнения двигательных действий; - средства физической культуры при обучении различным двигательным действиям; - средства и методы физической, технической, тактической и психологической подготовки; - методики обучения двигательным действиям.</p> <p>Уметь: - пользоваться положениями из теории физической культуры, определяющих методику проведения занятий в сфере физической культуры и спорта с различным контингентом обучающихся и занимающихся;</p> <p>- организовывать занятия по физической культуре и спорту с использованием различных форм; - осуществлять процесс обучения двигательным действиям на этапах обучения; - оценивать выполнение двигательных действий на разных этапах обучения; - исправлять ошибки у занимающихся в процессе обучения на разных его этапах; - осуществлять страховку и помощь занимающимся при выполнении двигательных действий.</p> <p>Владеть: - способностью осуществлять процесс обучения в учебно-тренировочном процессе по виду спорта; - методами обучения двигательным действиям; - способностью оценивания выполнения двигательных действий у занимающихся на разных этапах обучения; - способностью видеть и</p>

Формируемые и контролируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
		исправлять ошибки у занимающихся в процессе обучения на разных его этапах; - способностью осуществлять страховку и помощь занимающимся при выполнении двигательных действий.
	ПК-8.3 Учитывает возрастные морфофункциональные, психологические и другие особенности занимающихся при разработке содержания учебно-тренировочного процесса и подборе комплекса специальных упражнений для широкого спектра двигательных умений и навыков различных видов спорта, включая выбранный с целью развития технической подготовки.	<p>Знать: - виды подготовки спортсменов в конкретном виде спорта; - возрастно-половые, морфофункциональные, психологические и другие особенности занимающихся физической культурой и спортом; - влияние нагрузок разной направленности на изменение морфофункционального статуса; - основные понятия возрастной психологии, в том числе психологические особенности занимающихся различного возраста; - особенности при разработке содержания учебно-тренировочного процесса в зависимости от возрастно-половых, морфофункциональных, психологических и других особенностей занимающихся;</p> <p>Уметь: - дифференцировать обучающихся, тренирующихся по степени физического развития в пределах возрастно-половых групп для подбора величин тренировочных нагрузок; - описывать влияние различных средовых факторов и условий на организм человека в процессе занятий физической культурой и спортом; - подбирать величину тренировочной нагрузки на учебно-тренировочных занятиях по виду спорта в соответствии с особенностями занимающихся.</p> <p>Владеть: - способами использования анатомической терминологии, адекватно отражающей морфофункциональные характеристики занимающихся, виды их двигательной деятельности; - способами проведения анатомического анализа физических</p>

Формируемые и контролируемые компетенции	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения
		упражнений; - способностями составления комплексов упражнений с учетом двигательных режимов, функционального состояния и возраста занимающихся для решения поставленных задач в учебно-тренировочном процессе в конкретном виде спорта

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	Ср.1	ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ.	4	20	20		Доклад с презентацией
Модуль 1	Пр.1	Отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса.	4	2			конспект
Модуль 1	Пр.2	Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную	4	2			конспект
Модуль 1	Ср.2	Предельные тренировочные нагрузки	4	20			
Модуль 1	Ср.3	ЦЕЛИ, ЗАДАЧИ И ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ, РЕАЛИЗУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	4	20	20		Доклад с презентацией
Модуль 1	Ср.4	Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта велоспорт	4	20	20		
Модуль 1	Ср.5	ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ, РЕАЛИЗУЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА В ВЕЛОСИПЕДНОМ СПОРТЕ	4	20			конспект
Модуль 1	Пр.3	Рекомендации по проведению тренировочных занятий по велоспорту, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований	4	2	20		

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.6	МОДЕЛЬ ПОСТРОЕНИЯ МНОГОЛЕТНЕЙ ПОДГОТОВКИ ВЕЛОСИПЕДИСТА	4	29	20		
Модуль 1	Контроль	Теоретические занятия по основам безопасности при езде на велосипеде, оказание первой медицинской помощи	4	8,65			конспект
Модуль 1	ПА	Разминка. ОФП. Оказание первой помощи. Общее понятие о спортивных травмах. Езда на велосипеде.	4	0,35			
Итого:				144	100		

Схема расчета итогового балла

Сумма баллов за выполнение всех видов учебной работы в течение семестра:

Выполнение комплексов упражнений 60 баллов + за сдачу нормативов 40 баллов = 100 баллов

5. Образовательные технологии

1. Педагогическая (способствовать социализации, формированию общей культуры личности обучающихся средствами физической культуры в процессе физкультурно-спортивных занятий, ее приобщению к общечеловеческим ценностям и здоровому образу жизни);
2. Тренерская (способствовать формированию личности обучающихся в процессе занятий избранным видом спорта, ее приобщению к общечеловеческим ценностям, здоровому образу жизни, моральным принципам честной спортивной конкуренции);
3. личностно-ориентированные.
4. организационно-управленческая;
5. технологии дифференцированного обучения.
6. коммуникативные.
7. технологии поэтапного формирования умений и навыков.
8. технология традиционного обучения развития.
9. традиционная лекция. Методы: объяснительно-иллюстративные, репродуктивные.
10. практическое занятие. Методы: наглядные, практические.
11. технология развития критического мышления - организация учебного процесса, при котором студенты проверяют, анализируют, развивают, применяют получаемую информацию с целью развития когнитивных умений и навыков.
12. формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
13. формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
14. освоение основ техники по виду спорта велоспорт;

6. Методические указания по освоению дисциплины

Выполнять практические задания.

Уметь работать в сотрудничестве (командная, групповая работа).

Уметь работать с литературой.

Уметь оценивать технику двигательного действия.

Знать правила проведения соревнований.

Знать требования к материально-техническому оснащению.

7. Оценочные средства

7.1. Паспорт оценочных средств

Семестр	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
4	ПК-8	Вопросы к экзамену № 1-50
4	ПК-8	Дискуссия. Правила безопасности на занятиях по велоспорту. Правила движения по улицам и дорогам.
4	ПК-8	Модуль 1. Велоспорт. Выполнение нормативов. Езда на велосипеде.
4	ПК-8	Письменные работы, доклад, презентация.

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	Специфика соревновательной деятельности в новых олимпийских дисциплинах велосипедного спорта, особенности организации и проведения этих состязаний
2	Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту.
3	Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям на треке: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда
4	Состав главной судейской коллегии и судейских бригад в соревнованиях по велосипедному спорту
5	Специфика организации и проведения массовых соревнований по велосипедному спорту, деятельность различных служб
6	Характеристика новых видов велосипедного спорта, входящих в программу Олимпийских игр
7	Методика подведения итогов многодневных велосипедных гонок и проводимых в один день
8	Примерный комплект одежды для тренировочно-соревновательной деятельности велосипедиста в различных природно-климатических условиях и по разновидностям дисциплин в велосипедном спорте.
9	Виды велосипедного спорта
10	Особенности тренировочной и соревновательной деятельности в велосипедном спорте
11	Техника и тактика соревновательной деятельности в велосипедном спорте
12	Структура соревновательной деятельности в велосипедном спорте
13	Характеристика технико-тактических действий в олимпийских видах гонок на шоссе
14	Характеристика технико-тактических действий в олимпийских видах гонок на треке
15	Многолетняя подготовка велосипедистов высокого класса
16	Проблемы и пути оптимизации построения многолетней подготовки велосипедистов
17	Спортивный отбор в процессе многолетней подготовки в велосипедном спорте
18	Физическая подготовка велосипедистов высокого класса
19	Контроль функциональной подготовленности велосипедистов
20	Психическая подготовка велосипедистов. Основные качества, определяющие уровень моральной и психической подготовки велосипедистов
21	Построение тренировочных занятий в велосипедном спорте
22	Планирование и проведение соревнований в велосипедном спорте
23	Тренировка в подготовительном периоде в велосипедном спорте
24	Тренировка в соревновательном периоде в велосипедном спорте
25	Особенности построения этапа непосредственной подготовки к главным соревнованиям в велосипедном спорте
26	Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте
27	Современные велосипеды и экипировка в велосипедном спорте
28	Научно-методическое обеспечение подготовки в велосипедном спорте
29	Эталоны соревновательной деятельности и подготовленности в велосипедном спорте
30	Врачебный и педагогический контроль в велосипедном спорте. Меры безопасности и предупреждения травматизма на занятиях в велосипедном спорте

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. _____ Дискуссия _____

(наименование оценочного средства)

Краткое описание и регламент выполнения

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

Перечень дискуссионных тем:

1. Итоги летних Олимпийских игр и чемпионатов мира по велосипедному спорту, сильнейшие в мире державы современности, развивающие велосипедный спорт.
2. Сильнейшие русские велосипедисты и их участие в международных соревнованиях.
3. Основные положения правил соревнований по велосипедному спорту.
4. Требования к подготовке протоколов старта и результатов соревнований в различных дисциплинах велосипедного спорта.
5. Специфика подготовки велосипеда к соревнованиям на треке: разборка велосипеда, подготовка основных узлов и деталей и сборка велосипеда.
6. Оборудование велосипедной базы как простейшего спортивного сооружения для велосипедистов.
7. Особенности построения этапа непосредственной подготовки к главным соревнованиям в велосипедном спорте.
8. Материально-техническое обеспечение в велосипедном спорте.

Критерии оценки:

□ **оценка «отлично»** выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, речь грамотная, собственная точка зрения хорошо аргументирована, студент отвечает на дополнительные вопросы;

□ **оценка «хорошо»** выставляется студенту, если позиция полностью раскрыта, представлена собственная точка зрения;

□ **оценка «удовлетворительно»** выставляется студенту, если позиция раскрыта частично, представлена собственная точка зрения, но студент не отвечает на дополнительные вопросы;

оценка «неудовлетворительно» 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 4

№ п/п	Вопросы к экзамену
1.	Дайте определение понятий «тактика велосипедного спорта», «тактическая подготовка велосипедиста», «тактический прием (элемент)»
2.	Приведите примеры постановки стратегических задач перед гонщиком, командой в конкретных соревнованиях.
3.	В чем заключается особенность информационного обмена между соперниками в ходе соревнований по различным дисциплинам велосипедного спорта.
4.	Как классифицируется тактика по характеру взаимодействия гонщиков и степени их активности в ходе соревнований.
5.	Какими факторами определяется эффективность распределения усилий гонщика на дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время.
6.	Используя протоколы соревнований, проанализируйте динамику прохождения дистанции индивидуальной гонки по шоссе на время у различных гонщиков.
7.	Назовите основные элементы тактики групповых гонок на шоссе.
8.	Какие варианты группового и индивидуального блокирования применяются в условиях соревновательной деятельности в групповых гонках по шоссе.
9.	Как реализуется тактика отрыва с учетом условий соревновательной борьбы в групповых гонках по шоссе.
10.	В чем проявляются особенности командного взаимодействия гонщиков на финише в групповых гонках на шоссе.
11.	В чем заключаются особенности выработки технико-тактического плана ведения гонки по пересеченной местности.
12.	Чем определяется тактика старта и преодоления стартового участка трассы в гонках по пересеченной местности.
13.	В каких условиях соревновательной деятельности тактика лидирования в гонках по пересеченной местности может быть предпочтительна для гонщика.
14.	Дайте определение понятия «посадка велосипедиста». Назовите особенности анатомо-антропометрических аспектов посадки велосипедиста и характеристики видов посадки: низкая, средняя и высокая.
15.	Дайте определение понятия «техника педалирования». Назовите особенности биодинамических основ педалирования и механического аспекта процесса педалирования.

16.	Дайте определение понятия «техника велосипедного спорта» и «техническая подготовка велосипедиста»
17.	Дайте характеристику основных элементов техники езды в шоссейных гонках.
18.	Дайте характеристику основных элементов техники езды в гонках ВМХ.
19.	Основы обучения двигательному действию, закономерности образования двигательного навыка.
20.	Характерные признаки первого, второго и третьего этапов обучения, их взаимосвязь.
21.	Методы и принципы воспитывающего обучения технике передвижения на велосипеде.
22.	Специфика подготовки мест занятий в естественных природных условиях на различных этапах обучения.
23.	Требования к обеспечению безопасности занимающихся.
24.	Последовательность начального обучения технике передвижения на велосипеде.
25.	Методика комплексного использования словесных, наглядных и практических методов обучения.
26.	Формы организации и проведения занятий по велосипедному спорту.
27.	Методика коррекции содержания занятий на велосипеде при неблагоприятных погодных условиях.
28.	Велоспорт как компонент
29.	Зарождение и основные периоды велоспорта
30.	Влияние занятий велоспортом на физическое развитие и функциональные возможности организма человека
31.	Гигиенические и велоспорта
32.	Контроль и самоконтроль в процессе занятий велоспортом
33.	Основы безопасности занятий велоспортом
34.	Техническое обслуживание велосипедов
35.	Организация и судейство соревнований по велоспорту
36.	Общая характеристика системы спортивной подготовки в велоспорте
37.	Средства и методы подготовки велосипедиста
38.	Нагрузка и тренировочный эффект
39.	Физическая подготовка велосипедиста
40.	Техническая подготовка велосипедиста
41.	Тактическая подготовка велосипедиста
42.	Психологическая подготовка велосипедиста
43.	Соревновательная подготовка велосипедиста
44.	Система факторов повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности
45.	Основы построения системы подготовки велосипедиста
46.	Физическая подготовка велосипедистов высокого класса
47.	Контроль функциональной подготовленности велосипедистов
48.	Психическая подготовка велосипедистов. Основные качества, определяющие уровень моральной и психической подготовки велосипедистов
49.	Построение тренировочных занятий в велосипедном спорте
50.	Планирование и проведение соревнований в велосипедном спорте

7.3.2. Критерии и нормы оценки

Семестр	Форма проведения промежуточной аттестации	Критерии и нормы оценки	
4	Экзамен	«отлично»	Учебный материал изучен глубоко, студент владеет материалом; имеет знания в рамках материала изучаемой дисциплины, использует научную терминологию дисциплины.
		«хорошо»	Учебный материал изучен частично, студент владеет материалом не в полном объёме; использует научную терминологию дисциплины.
		«удовлетворительно»	Студент имеет фрагментные знания в рамках материала изучаемой дисциплины, не использует научную терминологию дисциплины
		«неудовлетворительно»	Учебный материал не изучен, студент не владеет материалом

7.3.3. Проведение урока по велосипедному спорту

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

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.

Тестирование:

Критерии баллов:

- 100-85 баллов – «отлично»;
- 84-70 баллов – «хорошо»;
- 69-55 баллов – «удовлетворительно»;
- 54 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	Махов С. Ю.	Специальная физическая подготовка в велотуризме [Электронный ресурс]: учеб. -метод. пособие / С. Ю. Махов; Межрегиональная Академия безопасности и выживания (МАБИБ). - Орел: МАБИБ, 2014. - 49 с.	учебно-методическое пособие	2014	ЭБС «IPRbooks»
2	С.В. Быченков	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	ЭБС «IPRbooks»

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.	В.П. Губа	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.	научно-методическое пособие	2012	ЭБС «IPRbooks»
2.	Фискалов В. Д.	Спорт и система подготовки спортсменов	научно-методическое	2010	ЭБС «IPRbooks»

№ п/п	Авторы, составители	Заглавие (заголовок)	Тип (учебник, учебное пособие, учебно- методическое пособие, практикум, др.)	Год издания	Количество в научной библиотеке / Наименование ЭБС
		[Электронный ресурс]: учебник / В. Д. Фискалов. - Москва: Советский спорт, 2010. - 392 с. : ил. - ISBN 978-5-9718-2462-8.	пособие		

8.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

- <https://e.lanbook.com/>
- <https://dspace.tltsu.ru/>
- <http://www.studentlibrary.ru/>
- <https://new.znaniy.com/>
- <http://www.iprbookshop.ru/>
- Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]
<http://www.edu.ru/>
- Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс]
<http://lib.sportedu.ru/Catalog.idc>
- Elibrary[Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Москва: НЭБ, 2000–. – Режим доступа: elibrary.ru. – Загл. с экрана. – Яз. рус., англ.
- WebofScience[Электронный ресурс] : мультидисциплинарная реферативная база данных. – Philadelphia: ClarivateAnalytics, 2016–. – Режим доступа: apps.webofknowledge.com. – Загл. с экрана. – Яз. рус., 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/>
- Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]: научно-образовательный ресурс содержит учебники и учебные пособия, монографии, производственно-практические, справочные издания, а также деловую литературу для практикующих специалистов за последние 5 лет по гуманитарным, социальным и экономическим наукам, по остальным отраслям знания - за последние 10 лет: всего более 15 тыс. изданий. – Электрон. дан. – Саратов, [2010] - Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>
- Теория и практика физической культуры [Электронный ресурс]: научный журнал / Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта". - Электрон.журнал. – Москва. Режим доступа к журн.: <http://elibrary.ru/contents.asp?issueid=1530105>
- Фискалов В.Д. Спорт и система подготовки спортсменов [Электронный ресурс]: учебник/ Фискалов В.Д.— Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2010. — 392 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16832>. — ЭБС «IPRbooks»
- Лепёшкин В.А. Баскетбол. Подвижные и учебные игры [Электронный ресурс]/ Лепёшкин В.А.— Электрон. текстовые данные. — М.: Советский спорт, 2013. — 100 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/40769>. — ЭБС «IPRbooks»
- Федеральный портал «Российское образование» [Электронный ресурс]
<http://www.edu.ru/>
- Журнал «Теория и практика физической культуры» — <http://www.teoriya.ru>

8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows	Договор от 19.05.2015 № 690, срок действия – бессрочно
2	Office Standard	Договор от 20.07.2016 № 727, срок действия – 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. (У-225)	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 проведения групповых и индивидуальных консультаций. Учебная аудитория для проведения занятий текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение для самостоятельной работы. (У-213)	Стол�ы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть Интернет