

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

ФТД.02  
(индекс дисциплины)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

Организационно-методическое обеспечение комплекса ГТО

(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: 2023

Общая трудоемкость: 2 ЗЕ

**Распределение часов дисциплины по курсам**

Курс	3	Итого
Форма контроля	зачёт	
Вид занятий		
Лекции	-	-
Лабораторные	-	-
Практические	4	4
Руководство: курсовые работы (проекты) / РГР	—	—
Промежуточная аттестация	0,25	0,25
Контактная работа	4,25	4,25
Самостоятельная работа	64	64
Контроль	3,75	3,75
<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>72</b>

Рабочую программу составил(и):

Доцент, доцент, канд.пед.наук Лазунина И.В.

*(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, направленность (профиль) Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм

**Срок действия рабочей программы дисциплины до «31» декабря 2028\_ г.**

УТВЕРЖДЕНО

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

---

(протокол заседания №2 от «23» сентября 2022 г.).

## 1. Цель освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины - овладение студентами научными основами теоретических знаний в области организационно-методического обеспечения комплекса ГТО.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО

Дисциплины и практики, на освоении которых базируется данная дисциплина: «Физическая культура и спорт».

Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины необходимо как предшествующее: «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», «Материально-техническое оснащение в адаптивной физической культуре».

## 3. Планируемые результаты обучения

Формируемые и контролируемые компетенции (код и наименование)	Индикаторы достижения компетенций (код и наименование)	Планируемые результаты обучения
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	УК-7.1. Придерживается здорового образа жизни и определяет роль физической культуры в общекультурной и профессиональной подготовки	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. Понимает влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний.	Знать: правила эксплуатации спортивного инвентаря; правила безопасности при выполнении физических упражнений.
		Уметь: пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием и обнаруживать их неисправности;
		Владеть: правилами техники безопасности при выполнении физических упражнений.
	УК-7.3. Планирует свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности	Знать: требования профессиональной деятельности к уровню физической подготовленности занимающихся;
		Уметь: планировать свое рабочее и свободное время для оптимального сочетания физической и умственной нагрузки и обеспечения работоспособности
		Владеть: техникой основных двигательных действий базовых видов спорта на уровне выполнения контрольных нормативов.
	УК-7.4. Выбирает здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом	Знать: здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности

	физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности	Уметь: выбирать здоровьесберегающие технологии для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
		Владеть: здоровьесберегающими технологиями для поддержания здорового образа жизни с учетом физиологических особенностей организма и условий реализации профессиональной деятельности
ОПК-9. Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	ОПК 9.1. Знает методики оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся.	Знать: методики оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
		Уметь: использовать методики оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
		Владеть: методикой оценки уровня физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся
	ОПК 9.2. Осуществляет контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения	Знать: контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения
		Уметь: осуществлять контроль и оценку физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся с использованием различных диагностических средств и методов измерения
		Владеть: различными диагностическими средствами и методами измерения
	ОПК 9.3. Выявляет недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности и разрабатывает пути их исправления.	Знать: недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности занимающихся
		Уметь: выявлять и исправлять недостатки в физическом развитии, технической и физической подготовленности занимающихся
		Владеть: основами спортивной тренировки

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Модуль (раздел)	Вид учебной работы	Наименование тем занятий (учебной работы)	Курс	Объем, ч.	Баллы	Интерактив, ч.	Формы текущего контроля (наименование оценочного средства)
Модуль 1.	Пр 1	Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации на современном этапе	3	2	–	–	–
	Пр2	Основополагающие документы, базовые программы и модели, регулирующие деятельность комплекса ГТО	3	2	–	–	Промежуточный тест
	Сам раб	Самостоятельное изучение литературы	3	64	-	-	-
	ПА		3	0,25	–	–	–
	Контроль		3	3,75			Итоговый тест
<b>Итого:</b>				<b>72</b>	<b>–</b>		

## **5. Образовательные технологии**

При обучении используются следующие образовательные технологии, направленные на формирование компетенций выпускника:

- технология дистанционного обучения (лекции, самостоятельная работа)

Формы обучения:

- технология развития критического мышления - организация учебного процесса, при котором студенты проверяют; анализируют, развивают, применяют получаемую информацию с целью развития когнитивных умений и навыков.

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

Дисциплина «Организационно-методическое обеспечение комплекса ГТО» включает практические занятия. В освоении дисциплины важное место занимают практические занятия, на которых студенты овладевают компетенциями, поэтому часть практических занятий проводится с применением оценочных средств. Для подготовки к практическим занятиям студентам предлагаются методические рекомендации, в которых по каждой теме представлены:

- описание формы проведения практического занятия, в том числе с применением интерактивных технологий и оценочных средств;
- перечень вопросов, подлежащих самостоятельному изучению студентами и обсуждению на практическом занятии;
- список рекомендуемых для изучения источников, включая ссылки на Интернет-источники;
- критерии и нормы оценки.

Заканчивается изучение курса зачётом.

## 7. Оценочные средства

### 7.1. Паспорт оценочных средств

Курс	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
3	УК -7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	<i>Промежуточный тест</i> <i>Вопросы к зачёту № 1-21</i> <i>Итоговый тест</i>
3	ОПК – 9 Способен осуществлять контроль с использованием методов измерения и оценки физического развития, технической и физической подготовленности, психического состояния занимающихся	<i>Промежуточный тест</i> <i>Вопросы к зачёту № 22-35</i> <i>Итоговый тест</i>

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

#### 7.2.1 Задание: решение тестовых заданий

1. Как расшифровывается аббревиатура ГТО?

- а) готов к труду и обороне +
- б) готов к труду и отдыху
- в) главное - труд и оборона
- г) готов к труду и охране

2. С какого возраста предусмотрена сдача норм ГТО?

- А) с 5 лет
- Б) с 6 лет+
- В) с 8 лет
- Г) с 14 лет

3. Какой вид испытаний не входит в комплекс ГТО ?

- А) прыжки через скакалку.
- Б) прыжки в длину с разбега+
- В) прыжки в длину с места
- Г) наклоны вперед

4. Сколько ступеней включает комплекс ГТО для школьников?

- А) 3
- Б) 5
- В) 4+
- Г) 6

5. Какие знаки отличия предусмотрены для выполнивших нормы ГТО?

- А) золотой, платиновый, серебряный.
- Б) платиновый, бронзовый, золотой.
- В) бронзовый, серебряный, платиновый

Г) золотой, серебряный, бронзовый+

6. В каком году был разработан физкультурный комплекс ГТО?

- а) 1920 году;
- б) 1930 году;+
- в) 1932 году;
- г) 1934 году.

7. Кто может проходить тестирование:

- а) школьники;
- б) студенты;
- в) женщины и мужчины;
- г) все выше перечисленные.+

8. Сколько существует ступеней нормативов ГТО:

- а) 1 ступень;
- б) 5 ступеней;+
- в) 11 ступеней;
- г) 13 ступеней.

9. Какая возрастная группа охватывает первую ступень:

- а) 5 - 6 лет;
- б) 6 - 8 лет;+
- в) 8 - 12 лет;
- г) без ограничений.

10. Для прохождения тестирования, необходимо иметь при себе следующие документы:

- а) документ, удостоверяющий личность;+
- б) медицинский полис;
- в) ИНН;
- г) СНИЛС;
- д) медицинская справка;+
- е) свидетельство о рождении.

13. Каких знаков отличия ГТО не существует:

- а) золотой знак;
- б) латунный знак;+
- в) бронзовый знак;
- г) медный знак;+
- д) стальной знак;+
- е) серебряный знак.

14. Обязательным испытанием для школьников является:

- а) подтягивание из виса на высокой перекладине;+
- б) бег на 60 м (с);
- в) плавание;
- г) челночный бег 3х10 м (с).

15. В какой промежуток времени произошло возрождение комплекса ГТО в современной России:

- а) 2005 - 2011;

- б) 2003 - 2008;
- в) 2007 - 2014;+
- г) 2000 - 2015.

16. В каком году Россия получает право на Олимпиаду :

- а) 2005 году;
- б) 2009 году;
- в) 2010 году;
- г) 2007 году.+

17. На каких принципах основывается Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс:

- а) добровольность и доступность;+
- б) экономичность;
- в) равноправие женщин и мужчин;
- г) обязательность медицинского контроля.+

18. Кто выступил с инициативой о возрождении комплекса ГТО в России в современном формате:

- а) руководство страны и региональные руководители;+
- б) президент РФ;
- в) временное правительство;
- г) министерство спорта Российской Федерации.

19. Награда, вручаемая гражданам России за выполнение нормативов, овладение знаниями и умениями определенных ступеней Комплекса ГТО это:

- а) медаль;
- б) грамота;
- в) знак отличия;+
- г) сертификат.

20. Недельный двигательный режим это:

- а) овладение практическими умениями и навыками физкультурно-оздоровительной и прикладной направленности, овладение умениями и навыками в различных видах физкультурно-спортивной деятельности;
- б) минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья;+
- в) комплекс мероприятий, включающий информирование о нормативах Комплекса ГТО, порядке тестирования и рекомендациях к недельному двигательному режиму, организацию физической подготовки в целях успешного прохождения тестирования и иные мероприятия.

## **2. Критерии оценки:**

55% и более правильных ответов - тест пройден

менее 55% правильных ответов - тест не пройден

## **7.3. Оценочные средства для промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

### 7.3.1. Вопросы к промежуточной аттестации

#### Курс 3

№ п/п	Вопросы к зачёту
1.	Государственная политика в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации на современном этапе
2.	Опыт Самарской области по моделированию и технологическому обеспечению процессов внедрения комплекса ГТО
3.	Основополагающие документы, базовые программы и модели, регулирующие деятельность комплекса ГТО
4.	Требования к физической подготовленности населения Российской Федерации
5.	Порядок создания центров тестирования и положение о них
6.	Организации процесса и оценки результатов испытаний в контексте комплекса ГТО
7.	Требования к оборудованию мест тестирования, допуск испытуемых, заявки, обязанности и права участников, заявления и протесты
8.	Обязанности и права судей, требования к квалификации спортивных судей, категории судей, судейско-технические комиссии по видам тестирования комплекса ГТО
9.	Места проведения соревнований. Спортивные базы, инвентарь и оборудование по видам
10.	Судейство соревнований комплекса ГТО
11.	Методологическое и научное основания комплекса ГТО: базовые документы для разработки комплекса ГТО
12.	Структурное и содержательное построение нового комплекса ГТО
13.	Организационно-управленческие механизмы внедрения и функционирования комплекса ГТО
14.	Научное, методическое, кадровое информационно-пропагандистское обеспечение комплекса ГТО
15.	Нормативно-правовое и методическое обеспечение комплекса ГТО
16.	Перспективное планирование и внедрение комплекса ГТО в субъектах Российской Федерации
17.	Опыт регионов по моделированию и технологическому обеспечению процессов внедрения комплекса ГТО
18.	Основополагающие документы, базовые программы и модели, регулирующие деятельность комплекса ГТО
19.	Программирование условий подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО
20.	Этапы моделирования. Функциональная реализация в построении моделей управления внедрением комплекса ГТО (основные, специфические).
21.	Информационное обеспечение внедрения и функционирования комплекса ГТО
22.	Расходы на проведение мероприятий, направленных на пропаганду и развитие комплекса ГТО.
23.	Требования к физической подготовленности населения Российской Федерации
24.	Организации процесса и оценки результатов испытаний в контексте комплекса ГТО
25.	Порядок создания центров тестирования и положение о них
26.	Требования к оборудованию мест тестирования, допуск испытуемых, заявки, обязанности и права участников, заявления и протесты
27.	Обязанности и права судей, требования к квалификации спортивных судей, категории судей, судейско-технические комиссии по видам тестирования комплекса ГТО
28.	Судейство соревнований по видам легкой атлетики и гимнастики в комплексе ГТО.
29.	Судейство соревнований по спортивной стрельбе в комплексе ГТО
30.	Судейство соревнований по видам лыжного спорта в комплексе ГТО.
31.	Судейство соревнований по видам плавания в комплексе ГТО

<b>№ п/п</b>	<b>Вопросы к зачёту</b>
32.	Места проведения соревнований. Спортивные базы, инвентарь и оборудование по видам
33.	Подготовка и проведение соревнований. Работа секретариата. Судейские службы
34.	Медицинское обеспечение соревнований. Врачебно-физкультурный контроль при проведении испытаний (тестов)
35.	Организация и проведение соревнований по нормативам комплекса ГТО для различных возрастных групп

### 7.3.2. Критерии и нормы оценки

<b>Формы текущего контроля</b>	<b>Условия допуска</b>	<b>Критерии и нормы оценки</b>
Промежуточный тест	не предусмотрены	55% и более правильных ответов - тест пройден менее 55% правильных ответов - тест не пройден

<b>Форма проведения промежуточной аттестации</b>	<b>Условия допуска</b>	<b>Критерии и нормы оценки</b>	
Тестирование	Допускаются все	«зачтено»	55% и более правильных ответов
		«не зачтено»	менее 55% правильных ответов

## 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	Крамской С.И., Егоров Д.Е., Амельченко И.А., Грачев А.С., Кривцов А.С.	Организация и подготовка к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)	учебное пособие	2017	ЭБС «IPRBOOKS»
2	Русайкина А.В.	Самостоятельная подготовка студентов к выполнению норм комплекса ГТО	учебно-методическое пособие	2018	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	Мальченко, А. Д.	Подготовка к сдаче норм ВФСК ГТО на предметной основе легкой атлетики	учебное пособие	2017	ЭБС «IPRBOOKS»
2	Кравчук Т.А., Зданович И.А., Гинжол Е.В., Кошелев Д.С.	Организация и проведение норматива испытаний (тестов) ВФСК ГТО «Туристский поход с проверкой туристских навыков»	учебное пособие	2017	ЭБС «IPRBOOKS»

### 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.
- Cambridgeuniversitypress[Электронный ресурс] : журналы издательства. – Cambridge: Cambridgeuniversitypress, 2018– . – Режим доступа : cambridge.org. – Загл. с экрана. – Яз. 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://e.lanbook.com/>
  - <https://dspace.tltsu.ru/>
  - <http://www.studentlibrary.ru/>
  - <https://new.znaniium.com/>
  - <http://www.iprbookshop.ru/>

### 8.4. Перечень программного обеспечения

№ п/п	Наименование ПО	Реквизиты договора (дата, номер, срок действия)
1	Windows: WinPro 10 RUS Upgrd OLP NL Acdmc	договор № 757 от 04.07.2018, срок действия – бессрочно; контракт № 1653 от 14.12.2018, срок действия – бессрочно
2	Office Standard: Office Stdandard 2013 Russian OLP NL AcademicEdition	договор № 690 от 19.05.2015, срок действия – бессрочно
3	Mirapolis Human Capital Management	лицензионный договор № 614 от 20.06.2023, срок действия – до 31.12.2023 включительно

### 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	Помещение для самостоятельной работы (У-213)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска

№ 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
		аудиторная (меловая), компьютеры с выходом в сеть интернет
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 (У-211)	Столы ученические двухместные, стол преподавательский, стулья, доска аудиторная (маркерная), компьютеры с выходом в сеть Интернет.