

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
**ФГБОУ ВО Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

\_\_\_\_\_ И.И. Готовцев

\_\_\_\_\_ 2022 г.

## Теория и методика базовым и новым видам спорта рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Учебный план 44.03.01 ПО БЖД 1 курс ОФО.plx  
44.03.01 Педагогическое образование

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72

в том числе:

аудиторные занятия 28

самостоятельная работа 14

часов на контроль 24,7

Виды контроля в семестрах:

экзамены 4

курсовые работы 4

### Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	4 (2.2)		Итого	
	Неделя		14	
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	14	14	14	14
Практические	14	14	14	14
Контактная работа на промежуточную аттестацию	5,3	5,3	5,3	5,3
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	33,3	33,3	33,3	33,3
Сам. работа	14	14	14	14
Часы на контроль	24,7	24,7	24,7	24,7
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

\_\_\_\_\_

Рецензент(ы):

\_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины

**Теория и методика базовым и новым видам спорта**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

составлена на основании учебного плана:

44.03.01 Педагогическое образование

утвержденного учёным советом вуза от 28.04.2022 протокол № 1.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_\_\_\_ 2022 г. № \_\_\_\_

Срок действия программы: уч.г.

Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

Председатель НМС УГН(С)

\_\_\_\_\_ 2022 г.

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С) Коркин Е.В.

\_\_ \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2023 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2024 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель НМС УГН(С)

\_\_ \_\_\_\_\_ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры **спортивной подготовки и национальных видов спорта**

Протокол от \_\_ \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Алексеев Василий Николаевич

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
1.1	1. Создать представление о теоретических основах использования базовых видов физкультурно-спортивной деятельности в процессе обучения и как фактора обеспечения здоровья, об организационных и нормативных основах соревновательной деятельности.
1.2	2. Овладеть технологиями планирования и проведения занятий и спортивно-массовых мероприятий для осуществления профессиональной образовательной и рекреационной деятельности.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ	
Цикл (раздел) ОП:	Б1.В.ДЭ.09
2.1	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	правописание
2.1.2	Русский язык и культура речи
2.1.3	Содержание и структура обучения и воспитания
2.2	<b>Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Методика воспитания культуры безопасности жизнедеятельности учащихся

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)	
<b>УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности</b>	
<b>Знать:</b>	
<b>Уметь:</b>	
<b>Владеть:</b>	

<b>ПК-5: Способен к обеспечению безопасности жизнедеятельности, охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</b>	
<b>Знать:</b>	
<b>Уметь:</b>	
<b>Владеть:</b>	

В результате освоения дисциплины (модуля) обучающийся должен

3.1	<b>Знать:</b>
3.1.1	основные характеристики естественнонаучной картины мира, место и роль человека в природе
3.2	<b>Уметь:</b>
3.2.1	применять естественнонаучные знания в профессиональной деятельности
3.3	<b>Владеть:</b>
3.3.1	основными методами обработки информации

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)							
Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1. Гимнастика</b>						
1.1	Основы гимнастики.Виды гимнастики. /Лек/	4	1		Л1.1 Л1.2Л2.1 Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.2	Научно-теоретические основы гимнастики.Виды гимнастики. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
1.3	Гимнастика конспект /Ср/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	опрос
1.4	Основы техники гимнастических упражнений.Основы обучения гимнастическим упражнениям. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	

1.5	Основы техники гимнастических упражнений. Основы обучения гимнастическим упражнениям. Организация и содержание занятий гимнастикой в общеобразовательной школе. Основы спортивной тренировки в гимнастике /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.6	Основы спортивной тренировки в гимнастике /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.7	Организация и проведение соревнований по гимнастике. /Пр/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
1.8	Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю, предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
1.9	Требования к гимнастическому оборудованию и инвентарю, предупреждение травматизма на занятиях гимнастикой. /Ср/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 2. Спортивные игры</b>							
2.1	Значение подвижных игр в физическом воспитании. Организация и методика проведения подвижных игр. детей /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
2.2	Подвижные игры на уроке физкультуры, во внеклассной работе, в занятиях спортом /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.3	Спортивные игры конспект устное сообщение /Ср/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.4	Волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, теннис, настольный теннис, бадминтон: характеристика игр, обучение технике и тактике. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
2.5	Волейбол, баскетбол, гандбол, футбол, теннис, настольный теннис, бадминтон: характеристика игр, обучение технике и тактике. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.6	Развитие физических качеств. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
2.7	Развитие физических качеств /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 3. Легкая атлетика</b>							
3.1	Основы техники легкоатлетических видов /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
3.2	Основы спортивной тренировки в легкой атлетике. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
3.3	Организация, проведение и правила соревнований по легкой атлетике. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
3.4	Построение занятий. Организация и проведение соревнований. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
3.5	Легкая атлетика Реферат, ответы на вопросы /Ср/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	опрос

3.6	Основы методики обучения технике легкоатлетических видов. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
3.7	Основы методики обучения технике легкоатлетических видов /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 4. Лыжная подготовка</b>							
4.1	Место и значение лыжного спорта в системе физического воспитания /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
4.2	Лыжный инвентарь, выбор, хранение и уход за ним, оборудование. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
4.3	Лыжная подготовка Составление презентации /Ср/	4	2		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	Проверка и анализ работ
4.4	Основы техники передвижения на лыжах. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
<b>Раздел 5. Плавание</b>							
5.1	Научно - теоретические основы плавания. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
5.2	Научно - теоретические основы плавания. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
5.3	Основы техники спортивных и прикладных способов плавания, стартов и поворотов. Методика обучения. /Лек/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	1	
5.4	Прикладное плавание. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
5.5	Основы спортивной тренировки в плавании. /Пр/	4	1		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	
5.6	Плавание конспект устное сообщение /Ср/	4	4		Э1 Э2 Э3 Э4 Э5 Э6	0	контрольная работа
5.7	/КрАт/	4	5,3			0	

## 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 5.1. Контрольные вопросы и задания

Перечень примерных контрольных вопросов и заданий для самостоятельной работы:

Вопросы для подготовки к контрольной работе по гимнастике

1. Назвать задачи гимнастики.
2. Перечислить средства гимнастики.
3. Раскрыть классификацию видов гимнастики.
4. Перечислить особенности гимнастики с профессиональной направленностью.
5. Раскрыть значение гимнастической терминологии.
6. Перечислить основные правила записи гимнастических упражнений.
7. Назвать способы образования гимнастических терминов.
8. Назвать и раскрыть методы обучения гимнастическим упражнениям.
9. Перечислить способы проведения ОРУ.
10. Раскрыть задачи и содержание первой части урока по гимнастике.
11. Сформулировать возможные частные задачи первой части урока по гимнастике.
12. Назвать типовую схему последовательности упражнений в комплексе ОРУ.
13. Объяснить правила оформления конспекта урока по гимнастике.
14. Перечислить методические приемы обучения, организации и воспитания при проведении первой части урока по гимнастике.
15. Перечислить группы строевых упражнений и назвать их основные упражнения.
16. Перечислить прикладные упражнения и дать им краткую характеристику.
17. Раскрыть методику обучения кувырку вперед.

18. Раскрыть методику обучения опорному прыжку – наскок в упор присев, соскок прогнувшись.
19. Перечислить классификации ОРУ.
20. Раскрыть способы образования гимнастических терминов.
21. Раскрыть основные формы записи гимнастических упражнений.
22. Перечислить национальные системы гимнастики.
23. Охарактеризовать виды гимнастики, относящиеся к образовательно-развивающим.
24. Охарактеризовать виды гимнастики, относящиеся к оздоровительным.
25. Охарактеризовать виды гимнастики, относящиеся к спортивным.

Критерии оценки: правильных ответов от 90 до 100% - «отлично», от 80 до 89% – «хорошо», от 70 до 79% – «удовлетворительно», меньше 70 % - «неудовлетворительно».

Вопросы для подготовки к контрольной работе по плаванию

1. Характеристика профессиональной деятельности тренера.
  2. Структура деятельности тренера по плаванию .
  3. Место КСС в системе профессионального физкультурного образования.
  - 4 Роль плавания в решении проблемы «оздоровления нации».
  5. Функции спорта и в обществе.
  6. Организация спорта на международном, национальном, региональном и местном уровнях.
  7. Классификация соревнований.
  8. Планирование, организация и проведение соревнований.
  9. Характеристика Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК)
  10. Характеристика Единой Всероссийской спортивной классификации по разделу плавания.
  11. Дать определение понятий: «спорт», «вид спорта», «спортивная дисциплина», «вид соревнований», «чемпионат», «первенство», «официальные соревнования».
  12. Группы видов спорта, включенные в ЕВСК
  13. Спортивные звания и разряды
  14. Условия и порядок присвоения спортивных разрядов и званий.
  15. Зачетные классификационные книжки спортсменов, учет спортсменов-разрядников.
  16. Соревнования и соревновательная деятельность в плавании.
  17. Плавание в системе физического воспитания.
  18. Факторы, обуславливающие эффективность спортивной деятельности.
  19. Комплекс средств и методов тренировок, качество соревновательной подготовки.
  20. Динамика тренировочных и соревновательных нагрузок в многолетней подготовке и в пределах годичных циклов.
  21. Роль правил соревнований.
  22. Соревнования для спортсменов высокой квалификации, юных спортсменов, массовые соревнования.
  23. Основные понятия и термины в плавании применительно к тренировочной и соревновательной деятельности.
  24. Оборудование и инвентарь для тренировочных занятий и соревнований по избранному виду спорта.
  25. Судейский инвентарь и документация на соревнованиях по плаванию.
  26. Обзор упражнений по ОФП в плавании
  27. Обзор упражнений по СФП в плавании
  28. Определение понятий "быстрота", "сила", "скоростно-силовые качества" и форма их проявления в избранном виде спорта.
  29. Определение понятий "ловкость", "гибкость", "выносливость" и формы их проявления в плавании.
  30. Техническая подготовка. Последовательность изучения техники в плавании
  31. Тактическая подготовка. Последовательность изучения тактики, связь с техникой.
  32. Критерии тактического мастерства спортсменов..
  33. Интегральная подготовка.
  34. Роль технических средств обучения в решении задач физической, технической и тактической подготовки.
  35. Теоретическая подготовка. Повышение интеллектуального уровня как фактор повышения спортивного мастерства.
  36. Задачи, содержание, методы теоретической подготовки.
  37. Общие и специальные вопросы теоретической подготовки.
  38. Психологическая подготовка в системе тренировки.
  39. Связь психологической подготовки с технико-тактической, физической, теоретической и соревновательной подготовкой.
  40. Стратегия и тактика как компоненты соревновательной деятельности
  41. Подготовка спортивных резервов в ШВСМ, СДЮСШОР, ДЮСШ, специализированного класса в школе в плавании.
  42. Массовые формы спортивной работы.
  43. Составные части тренировки, их характеристика.
  44. Задачи, средства, методы тренировки применительно к плаванию.
- 4 курс
1. Спорт высших достижений в России в применении к плаванию.
  2. Основные принципы обучения технике в плавании.
  3. Критерии технической подготовленности в плавании.
  4. Основные принципы обучения тактике в плавании.
  5. Критерии тактической подготовленности в плавании.
  6. Основные принципы психологической /морально-волевой/ подготовки в плавании.
  7. Планирование учебно-тренировочного процесса (на материале избранного вида спорта) в школьной секции.

8. Организация учебно-тренировочной и воспитательной работы в ДЮСШ.
9. Основы управления подготовкой спортсмена..
10. Документация по проведению соревнований на первенство школы, района, города.
11. Документы планирования по избранному виду спорта в ДЮСШ, СДЮСШОР.
12. Организация соревнований различного масштаба по плаванию.
13. Состав судейской коллегии и обязанности судей по плаванию на соревнованиях в школе, районе, городе.
14. Особенности спортивной работы по избранному виду спорта в организациях разного плана /школа, ДЮСШ, КФП, СДЮСШОР, ШВСМ/.
15. Требования к профессиональной деятельности современного преподавателя, тренера.
16. Требования к тренеру детского коллектива в современных условиях.
17. Методы индивидуальной работы со спортсменами.
18. Особенности деятельности тренера детского коллектива по организации, руководству и управлению спортивной подготовкой, воспитанием, режимом жизни.
19. Коллективные усилия тренеров и школьных учителей по подготовке спортсменов высокого класса и спортивных резервов.
20. Критерии оценки работы тренера в спортивных коллективах разного плана (школьная секция, ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ, сборные команды).
21. Спортивный отбор в системе многолетней подготовки в плавании.
22. Начальный и углубленный отбор в плавании.
23. Отбор в сборные команды и для участия в ответственных соревнованиях.
24. Подготовка спортсменов высших разрядов.
25. Подготовка спортивных резервов.
26. Подготовка спортсменов в сфере массовой физкультурно - спортивной работы.
27. Роль управления в современном спорте и в подготовке спортсменов.
28. Модельные характеристики тренировочной деятельности
- 29.. Планирование как функция управления.
30. Комплексный контроль как функция управления.
31. Педагогические, психологические, медико-биологические средства и методы контроля.
32. Информационные документы тренера и спортсмена, их обобщение и анализ.
33. Коллективное и индивидуальное управление подготовкой спортсмена.
34. Определение понятий «утомление» и восстановление.
35. Классификация средств восстановления.
36. Педагогические средства восстановления в спорте.
37. Психологические средства восстановления в спорте.
38. Медико-биологические средства восстановления в спорте.
39. Внетренировочные факторы спортивной подготовки квалифицированных спортсменов.
40. Питание спортсменов в соответствии со спецификой плавания.
41. Душ, сауна, массаж как средства восстановления.
42. Применение фармакологических средств восстановления.
43. Дифференцирование тренировочных нагрузок на основе сроков восстановления.
44. Профилактико - реабилитационные мероприятия в тренировочной деятельности.

#### Вопросы для подготовки к контрольной работе по легкой атлетике

1. В результате взаимодействия каких сил возможно передвижение в пространстве?
2. Какие общие периоды, фазы и моменты встречаются в ходьбе и беге?
3. От чего зависит дальность полета снаряда?
4. Чем отличается техника бега по прямой и техника бега по повороту?
5. В чем заключается подготовка к отталкиванию в прыжках в длину и в высоту?
6. Чем отличаются обязанности судей-хронометристов от обязанности бригады судей на финише?
7. С какого момента начинается финальное усилие в толкании ядра?
8. Как изменялись рекорды мира с изменением конструкции копья?
9. Как определяются победители соревнований в горизонтальных прыжках и метаниях?
10. Какие методы обучения технике легкоатлетических упражнений вы знаете?
11. Какие виды легкой атлетики входят в программу общеобразовательной школы?
12. Как организовать соревнования по кроссу среди учащихся?
13. Что называют основными опорными точками (ООТ) при обучении технике, и из чего складывается ориентировочная основа действий?
14. Что называется коэффициентом технической эффективности (КТЭ) в барьерном беге?
15. За что барьерист может быть дисквалифицирован во время проведения забега?
16. Как изменяются углы вылета диска в зависимости от погодных условий?
17. Что такое «обгон снаряда» в метании диска?

#### Вопросы для подготовки к контрольной работе по спортивным играм

1. Перечислите способы выполнения перемещений в волейболе
2. Описать технику выполнения верхней прямой подачи
3. Укажите ошибки при выполнении верхней прямой подачи



4. Перечислите основные способы выполнения подач мяча
5. Назовите права и обязанности капитана команды
6. Перечислите приемы техники защиты
7. Описать технику выполнения передачи мяча снизу двумя руками
8. Укажите основные ошибки при выполнении передачи мяча снизу двумя руками
9. Описать технику выполнения передачи мяча сверху двумя руками
10. Укажите ошибки при выполнении передачи мяча сверху двумя руками
11. Сущность понятия «хороший судья»
12. Каким должна быть игровая поверхность площадки
13. Состав команды
14. Функции помощника тренера
15. Экипировка игрока, нумерация, изменения экипировки, запрещенные предметы
16. Функции тренера
17. Неявка и неполная команда
18. Тайм-ауты, технические тайм-ауты
19. Замена, исключительная замена
20. Виды задержек. Санкции за задержки
21. Исключительные перерывы в игре(травма, внешняя помеха, продолжительный перерыв)
22. Игрок либеро (экипировка, разрешенные действия либеро)
23. Спортивное поведение, честная игра
24. Неправильные поведение приводящее к санкциям(грубое поведение, оскорбительное поведение, агрессия)
25. Шкала санкций
26. Судейская бригада на матч и их расположение
27. Первый судья полномочия и обязанности
28. Второй судья полномочия и обязанности
29. Обязанности секретаря
30. Обязанности помощника секретаря
31. Обязанности судий на линии
32. Жесты судей
33. Гибкость. Упражнения для развития гибкости волейболистов
34. Выносливость. Упражнения для развития выносливости
35. Быстрота. Упражнения для развития быстроты
36. Упражнения для развития скоростно-силовой подготовки
37. Сила. Упражнения для развития силы
38. Ловкость. Упражнения для развития ловкости
39. Подача. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
40. Перемещения. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
41. Передача мяча сверху двумя руками. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
42. Передача мяча снизу двумя руками. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
43. Прием мяча снизу двумя руками. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
44. Прием мяча одной рукой с падением вперед. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
45. Прием мяча снизу одной рукой с перекатом в сторону. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
46. Блок. Примерные упражнения для обучения. Ошибки при обучении.
47. Причины и профилактика травматизма на занятиях по волейболу
48. Педагогический контроль и учет; его роль в учебно-тренировочном процессе; разделы и их содержание.
49. Тесты для оценивания уровня физической подготовленности. Требования к их проведению.
50. Положение о соревнованиях, его структура и содержание
51. Программно-нормативные требования по волейболу в группах начальной подготовки ДЮСШ.
52. Программно-нормативные требования по волейболу в учебно-тренировочных группах ДЮСШ первого и второго года обучения.
53. Программно- нормативные требования по волейболу в учебно-тренировочных группах ДЮСШ третьего и четвертого года обучения.
54. Работа главной судейской коллегии по организации и проведению соревнований.
55. Подвижные игры на занятиях по волейболу.
56. Дидактические основы проведения занятий по подвижным и спортивным играм с учащимися общеобразовательной школы:
  - младшего школьного возраста
  - среднего школьного возраста
  - старшего школьного возраста
57. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного процесса по избранному виду спорта.
58. Физические качества и физическая подготовка волейболистов.
59. Психологическая структура личности игрока.
60. Моральные основы воли

## 5.2. Темы письменных работ

## 5.3. Фонд оценочных средств

**КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПО КУРСУ «ПЕДАГОГИКА»**

1. Какой из способ плавания не является спортивным?
    - 1) кроль на груди
    - 2) баттерфляй
    - 3) брасс на спине
    - 4) кроль на спине
  2. Какая из сил возникает только при движении пловца?
    - 1) архимедова
    - 2) сила тяжести
    - 3) подъемная
  3. Какое из физических свойств воды оказывает наибольшее влияние на плавучесть?
    - 1) температура
    - 2) плотность
    - 3) теплопроводность
  4. К какому виду плавания относится умение преодолевать водные преграды и спасать утопающих?
    - 1) к прикладному
    - 2) к спортивному
    - 3) к игровому
    - 4) к подводному
  5. В чем основное различие техники плавания кроля на груди и кроля на спине?
    - 1) положение тела
    - 2) положение тела и работа ног
    - 3) положение тела и работа рук
  6. К какому одному способу плавания относят следующие повороты. открытый, закрытый, маятник?
    - 1) брас
    - 2) кроль на груди
    - 3) кроль на спине
    - 4) баттерфляй
  7. Каким спортивным способом плавания производится старт из воды?
    - 1) кроль на груди
    - 2) брасс
    - 3) кроль на спине
    - 4) баттерфляй
  8. Под каким углом входение пловца в воду наиболее эффективно при старте?
    - 1) 90
    - 2) 60
    - 3) 45
    - 4) 30 и меньше
  9. К каким видам спорта относится плавание?
    - 1) циклическим
    - 2) ациклическим
  10. Последовательность и доступность относится к ....
    - 1) средствам тренировки
    - 2) методам тренировки
    - 3) принципам тренировки
- Формы промежуточного контроля
1. Легкая атлетика – это вид спорта, который объединяет упражнения:
    - а) Ходьба, бег, прыжки, метания и составленные из этих видов многоборья;
    - б) Ходьба, бег, прыжки и метания;
    - в) Бег, прыжки, кросс;
    - г) Ходьба, метания.
  2. Гладкий бег включает в себя:
    - а) Бег на короткие дистанции, бег в естественных условиях, эстафетный бег;
    - б) Бег на короткие, средние, длинные, сверхдлинные дистанции, бег на время;
    - в) Бег по дорогам и шоссе;
    - г) Бег с барьерами, кросс.
  3. К циклическим движениям относятся:
    - а) Прыжки, метания;
    - б) Ходьба, бег;
    - в) Бег, прыжки;
    - г) Ходьба, метания.
  4. Последовательность фаз в метаниях:
    - а) Держание снаряда, разбег, финальное усилие, полет снаряда;

- б) Держание снаряда, подготовка к финальному усилию, финальное усилие, полет снаряда;  
в) Держание снаряда, подготовка к разбегу, разбег, подготовка к финальному усилию, финальное усилие, вылет и полет снаряда;  
г) Держание снаряда, финальное усилие, вылет и полет снаряда.
5. В спринте применяется старт:  
а) средний (полунизкий);  
б) низкий;  
в) высокий;  
г) любой из перечисленных.
6. К бегу на средние дистанции относится бег:  
а) от 400 до 1500 м;  
б) от 500 до 2000 м;  
в) от 500 до 3000 м;  
г) от 200 до 4000 м.
7. Разбег в прыжках в высоту способом “перешагивание” выполняется под углом:  
а) 75- 90 градусов;  
б) 60-75 градусов;  
в) 30-45 градусов;  
г) 25-50 градусов.
8. Результат в прыжках в длину зависит от:  
а) начальной скорости и угла вылета;  
б) начальной скорости и угла отталкивания;  
в) начальной скорости и угла атаки;  
г) от техники выполнения.
9. Цикл в ходьбе включает в себя:  
а) период опоры, фазы заднего и переднего шага;  
б) периоды одиночной и двойной опоры, переход опоры;  
в) период одиночной и двойной опоры, фазы заднего и переднего шага, фазу перехода опоры;  
г) период опоры, фазу перехода опоры.
10. К длинным дистанциям относятся дистанции:  
а) от 3000 до 10 000 м;  
б) от 2000 до 10 000 м;  
в) от 5000 до 10 000 м;  
г) от 3000 до 5000 м.
11. В беге на короткие дистанции длина стартового разбега:  
а) 10-12 беговых шагов;  
б) 6 – 10 беговых шагов;  
в) 15- 20 беговых шагов;  
г) 9- 15 беговых шагов.
12. Цель отталкивания в прыжках:  
а) изменить направление движения ОЦМТ;  
б) точно попасть на место отталкивания;  
в) сохранить равновесие тела прыгуна;  
г) точно приземлиться.
13. В прыжках в высоту способом “перешагивание” приземление происходит:  
а) на маховую ногу;  
б) на толчковую ногу;  
в) на обе ноги;  
г) на спину.
14. Если скорость снаряду сообщается в процессе разбега, скачка, поворота, то это будет:  
а) предварительная скорость;  
б) заключительная скорость;  
в) начальная скорость;  
г) обычная скорость.
15. Угловые параметры, характеризующие отталкивание:  
а) угол постановки, угол атаки, угол вылета;  
б) угол постановки, угол отталкивания, угол амортизации;  
в) угол постановки, угол атаки, угол амортизации;  
г) угол постановки, угол отталкивания, угол вылета.
16. При ходьбе таз движется по осям:  
а) продольной, вертикальной, поперечной;  
б) поперечной, сагиттальной, продольной;  
в) поперечной, сагиттальной, вертикальной;  
г) продольной, вертикальной, сагиттальной.
17. В метаниях дальность полета зависит от:  
а) начальной скорости, угла вылета;  
б) начальной скорости, угла вылета, сопротивления воздуха;  
в) начальной скорости, выпуска снаряда над землей, аэродинамических свойств снаряда, сопротивления воздуха;

- г) начальной скорости, угла вылета, выпуска снаряда над землей.
18. Источником движущих сил в ходьбе и беге являются:
- а) взаимодействие внешних и внутренних сил;
  - б) работа мышц;
  - в) сила реакции опоры, сила тяжести, сила сопротивления среды;
  - г) сила реакции опоры, работа мышц.
19. Под каким углом устанавливается колодка в низком старте:
- а) передняя – 60-80, задняя – 45-50 градусов;
  - б) передняя - 45-50, задняя - 45-50 градусов;
  - в) передняя - 45-50, задняя - 60-80 градусов;
  - г) передняя - 35-50, задняя - 65-70 градусов.
20. Стипель-чез – это вид бега, который проводится:
- а) в естественных условиях;
  - б) на беговой дорожке стадиона с однотипными барьерами;
  - в) на беговой дорожке стадиона с барьерами и ямой с водой;
  - г) на беговой дорожке стадиона и ямой с водой.
21. Длина разбега в прыжках в длину:
- а) у мужчин – 30-35 м, у женщин – 20-25 м;
  - б) у мужчин – 30-35 м, у женщин – 30-35 м;
  - в) у мужчин – 40-45 м, у женщин – 30-35 м;
  - г) у мужчин – 20-35 м, у женщин – 10-25 м;
22. Во время отталкивания в прыжках нога ставится движением:
- а) сверху-вниз;
  - б) сверху-вниз-назад;
  - в) на внешнюю часть стопы;
  - г) на внутреннюю часть стопы.
23. Какие существуют разновидности спортивной ходьбы:
- а) по беговой дорожке стадиона, по дорогам и шоссе, на время;
  - б) по беговой дорожке стадиона, по дорогам и шоссе;
  - в) по дорогам и шоссе;
  - г) по беговой дорожке стадиона, на время.
24. Какие существуют виды бега:
- а) барьерный, на время, эстафетный, кроссовый, гладкий;
  - б) гладкий, кроссовый, с препятствиями, эстафетный;
  - в) гладкий, в естественных условиях, с препятствиями, эстафетный;
  - г) барьерный, кроссовый, эстафетный.
25. В каком году возникла легкая атлетика в России:
- а) в 1912 году;
  - б) в 1888 году;
  - в) в 1896 году;
  - г) в 1931 году.
26. С прямолинейного разбега выполняется метание:
- а) мяча, гранаты, копья, ядра;
  - б) мяча, гранаты, копья;
  - в) копья, диска;
  - г) гранаты, копья, диска.
27. Цикл в беге включает в себя:
- а) период одиночной опоры и период полета, фазы амортизации и отталкивания, фазы подъема и снижения ОЦМТ;
  - б) период двойной опоры и период полета, фазы амортизации и отталкивания, фазы подъема и снижения ОЦМТ;
  - в) период одиночной и двойной опоры, фазы переднего и заднего шага, фаза перехода опоры;
  - г) период одиночной опоры и период полета, фазы амортизации и отталкивания, фаза перехода опоры;
28. В обычном низком старте передняя колодка устанавливается от линии старта на расстоянии:
- а) 1 стопы;
  - б) 2 стопы;
  - в) длины голени;
  - г) 1.5 стопы.
29. Все легкоатлетические прыжки с разбега делятся на фазы:
- а) разбег, отталкивание, приземление;
  - б) разбег, отталкивание, полет и приземление;
  - в) разбег, отталкивание, прыжок и приземление;
  - г) разбег, прыжок и приземление.
30. Разбег в прыжках в высоту способом “перешагивание” выполняется:
- а) прямолинейно;
  - б) по дуге;
  - в) под углом;
  - г) сначала прямолинейно затем под углом.
31. Угол вылета снаряда при метании является оптимальным:
- а) менее 45 градусов;

- б) 45 градусов;  
 в) более 45 градусов;  
 г) 90 градусов.
32. При каком увеличении темпа в спортивной ходьбе появляется период полета:  
 а) 150-160 шаг/мин;  
 б) 160-180 шаг/мин;  
 в) 210-220 шаг/мин;  
 г) 190-200 шаг/мин.
33. Характер соревнования по легкой атлетике определяется:  
 а) положением о соревновании;  
 б) календарем соревнования;  
 в) заявками соревнования;  
 г) уровнем соревнования.
34. В личных и лично-командных соревнованиях по прыжкам в длину и тройным каждый участник получает право выполнить по:  
 а) 3 попытки;  
 б) 6 попыток;  
 в) 8 попыток;  
 г) 12 попыток.
35. Квалификационные соревнования по легкой атлетике – это соревнования, которые:  
 а) проводятся с целью предоставления участникам возможности выполнить подтвердить, повысить спортивный результат;  
 б) проводятся для спортсменов определенного спортивного разряда;  
 в) позволяют отобрать сильнейших спортсменов для участия в основных соревнованиях;  
 г) проводятся с целью предоставления участникам возможности выполнить опробование вида.
36. Для передачи эстафетной палочки правилами соревнований определяется «зона передачи» длиной ...  
 а) 10 м;  
 б) 20 м;  
 в) 30 м;  
 г) 15 м.
37. Грамотный прыгун в длину знает длину своего разбега. Чем измеряется длина разбега?  
 а) метром;  
 б) ступнями;  
 в) «на глазок»;  
 г) беговыми шагами.
38. Повторное пробегание отрезков 20-50 м с максимальной скоростью применяется для развития ...  
 а) выносливости;  
 б) координации движений;  
 в) прыгучести;  
 г) быстроты.
39. Если при метании снаряд (мяч, граната, копье) вышел за пределы сектора, то по правилам соревнований ...  
 а) результат засчитывается;  
 б) разрешается дополнительный бросок;  
 в) попытка засчитывается, а результат – нет;  
 г) результат засчитывается а попытка нет.
40. Какие беговые дистанции не входят в программу Олимпийских игр?  
 а) 100, 200 м.;  
 б) 400, 800 м.;  
 в) 1500, 3000 м;  
 г) 500, 1000 м.

#### 5.4. Перечень видов оценочных средств

Самостоятельная работа студента (СРС) – это требование ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование».

Цель СРС: развитие у студентов творческого мышления, интереса к фундаментальным знаниям, выработки потребности к мировоззренческо - методологическому оцениванию, понимания и объяснения фактов, сущности и явлений действительности. СРС способствует более глубокому и детальному изучению дисциплины, развивает мышление, способности к анализу и синтезу информации, приучает к дисциплинированности и ответственности, способствует формированию общекультурных и профессиональных компетенций будущего специалиста.

В числе основных проблем, характерных для СРС, следующие:

- установление причинно-следственных связей событий и явлений в возникновении тех или иных идей, концепций, гипотез, теорий;
- определение преемственности между научными фактами, явлениями, идеями, парадигмами;
- установление общих и частных закономерностей в развитии той или иной науки, соотношения факта и закономерности, эпохи и др.

В процессе самостоятельной работы с учебниками и другой литературой студент должен:

- выделить основные теоретические положения, факты, понятия;
- определить соотношения и последовательность фактов и теорий;

- разделить текст главы, параграфа на логически законченные части, исходя из структуры темы;

- сформулировать в каждой части главную мысль.

После того, как заканчивается изучение разделов дисциплины студентам, выполнившим все требования, предъявляемые к дисциплине – ликвидация задолженностей по лекционным и практическим занятиям студенты допускаются к сдаче экзамену. На последнем практическом занятии студентам предлагается выполнить итоговое тестовое задание, включающее все разделы дисциплины. Тест может состоять из разных форм заданий:

1. Закрытая форма нескольких видов. Студент должен выбрать из предложенного списка ответов – правильные. Количество правильных ответов может варьировать.
2. Открытая форма. Студент должен вписать ответ на месте прочерка.
3. Задание на соответствие. Студент должен установить соответствие элементов одного множества с элементами другого.
4. Задание на установление правильной последовательности. Студент должен установить последовательность элементов множества.

Тестовый контроль знаний и умений может проводиться с помощью персонального компьютера в рабочей электронной тетради или бланков с заданиями.

Критерии оценки тестовых заданий. В основу критериев оценки знаний положена балльная система. За каждый правильный ответ – 1 балл, неправильный – 0 баллов. Перевод результата осуществляется по следующей схеме: «удовлетворительно» - 60% правильных ответов, «хорошо» - 80% правильных ответов, «отлично» - не менее 90% правильных ответов. Необходимо учитывать, что каждое задание рассматривается как единое целое. Если допущена хотя бы одна ошибка (указаны не все правильные ответы, не все соответствия и последовательности установлены верно), студент получает 0 баллов как не знающий материал в целом.

Успешное выполнение итогового тестирования означает готовность студента к экзамену, который проводится в форме устного ответа на три

Оценка качества освоения ООП базируется на ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование» включает: разработку объективных процедур оценки уровня знаний и умений обучающихся, компетенций выпускников; регулярного проведения самообследования по согласованным критериям для оценки качества усвоения дисциплины посредством тестирования.

Оценка качества освоения ООП бакалавриата включает текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся и итоговую аттестацию студентов (зачет). Для аттестации обучающихся на соответствие их персональных достижений требованиям ООП (текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация) создаются фонды оценочных средств, включающие типовые задания, тесты и методы контроля, позволяющие оценить знания, умения и уровень приобретенных компетенций.

Текущий и промежуточный контроль результатов изучения дисциплины

При изучении дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль осуществляется в течение изучения отдельного раздела по всем видам занятий, промежуточный контроль осуществляется при проверке тестовых заданий по вопросам изучаемого курса.

Текущая аттестация (контроль) работы студентов осуществляется в процессе учебной деятельности. В течение изучения отдельного раздела на каждом виде занятий (практическое занятие, самостоятельная работа) студентам выставляются отметки (баллы).

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Ситаров В. А.	Теория обучения. Теория и практика: Учебник для бакалавров	Москва: Юрайт, 2019
Л1.2	Барчукова Г.В., Романина Е.В.	Психологическая подготовка спортсменов индивидуально-игровых видов спорта: учебное пособие	М.: Колос, 2018

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Фетищев Н. И., Вальков В. Б., Николаев В. А.	Лыжная подготовка студентов: Учебное пособие	Кемерово: Кемеровская государственная медицинская академия, 2008

### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	электронная библиотека ЧГИФКИС
Э2	Электронно-библиотечная система
Э3	Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»
Э4	Электронная библиотека диссертаций Российская Государственная Библиотека
Э5	Электронная библиотека «Научное наследие России»
Э6	•— Энциклопедия: российские универсальные и тематические энциклопедии

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	ЭО moodle
---------	-----------

6.3.1.2	Windows 10
6.3.1.3	Astra Linux
6.3.1.4	ESET Endpoint Antivirus
6.3.1.5	Adobe Reader
6.3.1.6	chrome
6.3.1.7	yandex
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>	
6.3.2.1	Научная библиотека
6.3.2.2	Диссертации и авторефераты
6.3.2.3	Деловые статьи и Интернет-сервисы
6.3.2.4	Google Книги
6.3.2.5	Научная электронная библиотека
6.3.2.6	Глоссарий.Ru
6.3.2.7	Электронно-библиотечная система
6.3.2.8	электронная библиотека ЧИФКИС
6.3.2.9	доступ к образовательным ресурсам «Единое окно»
6.3.2.10	Международная электронная энциклопедия "Википедия"
6.3.2.11	EBSCO - универсальная база данных зарубежных полнотекстовых научных журналов по всем областям знаний

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Кабинет №212	Учебная лаборатория		Учебная аудитория для занятий лекционного типа, семинарского типа, для групповых консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации (доска,

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
1	При изучении данной дисциплины		учебно-методические пособия, раздаточный материал, ситуационные задачи, видеофильмы.

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Аудитория	Назначение	Виды работ	Оснащенность
Библиотека	читальный зал		Компьютеры с выходом в интернет, учебники, журналы, книги, столы, стулья

#### 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Одно из средств формирования самостоятельной работы – это работа над контрольной работой, что требует не только понимания задания (темы), но и обобщения, умения делать выводы, кратко излагать содержание прочитанной литературы, из справочников, словарей, из средств массовой информации. В круге наук естествознанию принадлежит особое место. Возрастающее влияние естествознания на все сферы жизни человека, общества определяет непреходящую актуальность изучения концепций современного естествознания. В процессе самостоятельной работы студенты должны вырабатывать адекватное отношение к окружающей среде, творческое диалектическое мышление, осознать естественнонаучные основы современных технологий, энергетики, экологии, глобальных проблем.

Формы самостоятельной работы разнообразны: работа с учебниками, первоисточниками, внимательное изучение текста лекций, подготовка докладов, контрольных работ по конкретным темам, подбор литературы, составление аннотаций к ним, составление развернутых планов выступлений, конспектирование дополнительной литературы по конкретной теме, составление схем, графиков по раскрытию содержания узловых понятий, философских категорий, ответы на вопросы для проверки усвоенного раздела (темы), которые часто приводятся в конце главы, выполнение тестовых заданий и др.

Разбор структуры текста конкретной темы – это средство понимания данной темы. Составление плана раскрытия темы показывает, какие основные вопросы и в какой логической последовательности формулируется та или иная научная концепция, основная идея темы.

Ориентировка в содержании и структуре текста, составление плана, четкая формулировка понятий и вопросов – основные требования при составлении конспекта изученной темы. Конспект должен быть содержательным, отражать главное в тексте и небольшим по объему. Записать текст кратко – значит изложить его суть своими словами (за исключением определений, законов).

Чтобы подготовиться к семинарскому занятию по определенной теме, студенту необходимо прочитать рекомендуемые главы и параграфы учебников из списка основной литературы и ответить на вопросы для самоконтроля.

В качестве формы самостоятельной работы студентам также предлагается просмотр видеофильмов с последующим представлением письменных ответов на вопросы для самоконтроля.

Требования к выполнению доклада. При подготовке к каждому семинарскому (практическому) занятию студенты могут подготовить доклад по выбору из рекомендованных к семинарскому занятию тем. Продолжительность доклада на семинарском занятии – до 10 мин. В докладе должна быть четко раскрыта суть научной проблемы, представляемой докладчиком. Язык и способ изложения доклад должны быть доступными для понимания студентами учебной группы.

Доклад излагается устно, недопустимо дословное зачитывание текста. Можно подготовить презентацию по выбранной теме.