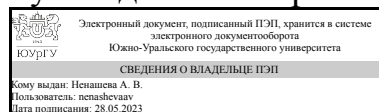


УТВЕРЖДАЮ:  
Руководитель направления



А. В. Ненашева

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины 1.О.08 Современные технологии физкультурно-оздоровительной деятельности

для направления 49.04.01 Физическая культура

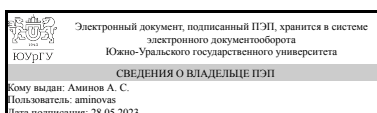
уровень Магистратура

форма обучения очная

кафедра-разработчик Спортивное совершенствование

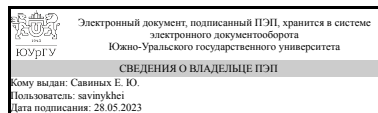
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 49.04.01 Физическая культура, утверждённым приказом Минобрнауки от 19.09.2017 № 944

Зав.кафедрой разработчика,  
к.биол.н., доц.



А. С. АМИНОВ

Разработчик программы,  
к.биол.н., доцент



Е. Ю. САВИНИХ

## **1. Цели и задачи дисциплины**

Целью изучения дисциплины является формирование способности обучающегося реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-спортивной направленности с использованием средств, методов и приемов спорта; формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности; обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации; осуществления методического сопровождения по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта; формирование личностных качеств, важных для эффективной профессиональной деятельности. Задачами дисциплины являются формирование целостного осмысления содержательной стороны и практического освоения различных аспектов профессиональной деятельности в сфере современных физкультурно-оздоровительных технологий

### **Краткое содержание дисциплины**

Теоретико-методические основы использования ФОТ в практике физического воспитания. Средства и методы оздоровления человека. Основные группы физкультурно-оздоровительных технологий. Дыхательные гимнастики как технологии оздоровительной физической культуры (авторские системы А.Н. Стрельниковой, К. Ниши, К.П. Бутейко; пятифазное дыхание; пранаяма). Технологии здоровьесбережения. Специфика использования технологий здоровьесбережений в различных группах занимающихся. Методика построения различных вариантов занятий (лекционное, методическое, семинарское, практическое) на основе технологий здоровьесбережения и физкультурно-оздоровительных технологий. Фитнес-технологии как коррекционно-оздоровительное направление. Специфика использования фитнес-технологий в различных группах занимающихся. Роль питания в коррекции веса и физических кондиций занимающихся. Восточные гимнастики в системе оздоровительной физической культуры. Основные идеи и направленность восточных оздоровительных систем (йога, тибетская гимнастика, система здоровья К. Ниши, система оздоровления доктора Норбекова). Организация воспитательной работы в ФСО и ОО. Алгоритм решения воспитательных задач в рамках занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте. Методика оценки эффективности решения воспитательных задач в процессе использования физкультурно-оздоровительных технологий. Методика подготовки и организации физкультурно-оздоровительных мероприятий воспитательного характера. Реализация образовательных программ в области физической культуры. Место физической культуры в образовательных программа профессионального образования, программах дополнительного образования. Планирование результатов освоения программы в области физической культуры и спорта. Методика организации физкультурно-оздоровительного мероприятия районного, городского уровня. Методика разработки комплексной долгосрочной программы с использованием физкультурно-оздоровительных технологий

## 2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>ОПК-2 Способен реализовывать программы и комплексные мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств, методов и приемов видов спорта</p>	<p>Знает: целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологии, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории; организацию и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий регионального и национального масштаба (организацию, этапы, логистику, ответственность, безопасность)</p> <p>Умеет: выявлять и обосновывать преимущества и недостатки различных образовательных методик, в том числе инновационных; объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов; организовывать деятельность обучающихся в рамках освоения дисциплины (модуля) по программам профессионального образования с учетом возрастных особенностей, стадий профессионального развития</p> <p>Имеет практический опыт: использования оздоровительных систем и технологий в различных вариантах учебных занятий; разработок комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории; проведения периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся</p>
<p>ОПК-3 Способен формировать воспитательную среду при осуществлении физкультурно-спортивной деятельности</p>	<p>Знает: нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; социокультурный потенциал физической культуры и спорта; передовой опыт работы тренеров, инструкторов и других специалистов в области спортивной тренировки, лучшие проекты и программы в области физического развития; ресурсное, организационное и методическое обеспечение воспитательной деятельности ФСО</p> <p>Умеет: оценивать воспитательный потенциал мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; определять эффективные средства и методы воспитательной работы в ФСО</p> <p>Имеет практический опыт: использования технологий анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной и</p>

	<p>физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы; разработки годового плана воспитательной работы ФСО</p>
<p>ОПК-5 Способен обосновывать повышение эффективности деятельности в области физической культуры и массового спорта на основе проведения мониторинга и анализа собранной информации</p>	<p>Знает: методы, методики и стандарты управления качеством; показатели эффективности физкультурно-оздоровительных программ для различных целевых аудиторий; показатели эффективности деятельности ФСО и ОО</p> <p>Умеет: проводить мониторинг показателей деятельности ФСО и реализации физкультурно-оздоровительной программы с использованием электронных форм; определять проблемы в организации образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности и разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию</p> <p>Имеет практический опыт: использования технологий анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию; технологий анализа предоставления физкультурно-оздоровительных услуг и разработки предложений по повышению эффективности деятельности</p>
<p>ОПК-9 Способен осуществлять методическое сопровождение по направлениям деятельности в области физической культуры и массового спорта</p>	<p>Знает: требования ФГОС, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области физической культуры и спорта; требования к программам дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта, программам спортивной подготовки; требования к программам учебной дисциплины по образовательным программам профессионального образования</p> <p>Умеет: составлять заключение по результатам экспертизы научно-методических и учебно-методических материалов в области физической культуры и спорта; определять наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения консультационных проектов</p> <p>Имеет практический опыт: опытом разработки учебно-методического обеспечения учебных дисциплин (модулей) по профессиональным образовательным программам в области физической культуры и спорта</p>

### 3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

<p>Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана</p>	<p>Перечень последующих дисциплин, видов работ</p>
--	--

Нет	Не предусмотрены
-----	------------------

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

#### 4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 з.е., 216 ч., 110,75 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах	
		Номер семестра	
		1	2
Общая трудоёмкость дисциплины	216	108	108
<i>Аудиторные занятия:</i>	96	48	48
Лекции (Л)	32	16	16
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	64	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	105,25	53,75	51,5
Письменная работа "Современные представления о занятиях физической культурой оздоровительной направленности с людьми зрелого и пожилого возраста"	8	8	0
Письменная работа "Методика использования технологий здоровьесбережения в самостоятельных тренировках"	10	10	0
Письменная работа "Оздоровительные технологии с использованием дозированных термогидротренингов"	2	0	2
Письменная работа "Профилактика «компьютерной болезни»"	2	0	2
Письменная работа "Воспитание и развитие ребенка в процессе занятий физическими упражнениями"	4	0	4
Письменная работа "Современные средства и методы укрепления здоровья студенческой молодежи в образовательном пространстве вуза"	4	0	4
Письменная работа "Современные нетрадиционные системы оздоровления человека"	9	9	0
Письменная работа "Методика анализа предоставления физкультурно-оздоровительных услуг в ФСО, ОО"	5	0	5
Письменная работа "Механизмы интерпретации результатов мониторинга с целью повышения эффективности физкультурно-оздоровительных услуг"	4	0	4
Письменная работа "Алгоритм решения воспитательных задач в рамках занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью"	4	0	4
Письменная работа "Методики оценки функциональных возможностей организма занимающихся как способы создания на занятиях проблемно ориентированной образовательной среды"	4	0	4

Письменная работа "Технология распределения оздоровительных систем в содержание программы по физическому воспитанию"	8,25	8.25	0
Письменная работа "Оздоровительные технологии с использованием водного закаливания"	5	5	0
Письменная работа "Методика использования восточных гимнастик в самостоятельных тренировках"	4	0	4
Письменная работа "Методика педагогического взаимодействия с родителями воспитанников, имеющих ограниченные возможности здоровья"	5,5	0	5.5
Письменная работа "Технология формирования физической культуры в системе дошкольного образования"	4	0	4
Письменная работа "Технологические подходы в образовательной деятельности"	5	0	5
Письменная работа "Методика использования дыхательных техник в самостоятельных тренировках"	6	6	0
Письменная работа "Технология формирования физической культуры в системе школьного образования"	4	0	4
Письменная работа "Методика использования фитнес-технологий в самостоятельных тренировках"	7,5	7.5	0
Консультации и промежуточная аттестация	14,75	6,25	8,5
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет	экзамен

## 5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Теоретико-методические основы использования ФОТ в практике физического воспитания	12	6	6	0
2	Дыхательные гимнастики	20	4	16	0
3	Технологии здоровьесбережения	14	4	10	0
4	Фитнес-технологии как коррекционно-оздоровительное направление	12	4	8	0
5	Восточные гимнастики в системе оздоровительной физической культуры	18	6	12	0
6	Организация воспитательной работы в ФСО и ОО	10	4	6	0
7	Реализация образовательных программ в области физической культуры	10	4	6	0

### 5.1. Лекции

№ лекции	№ раздела	Наименование или краткое содержание лекционного занятия	Кол-во часов
1.1	1	Теоретико-методические основы оздоровительной физической культуры. Оздоровительная физическая культура в системе физкультурного образования. Целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологии, проблемы питания и здоровья; технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории. Технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности в зависимости от целевой аудитории	4

1.2	1	Средства и методы оздоровления человека: исторический аспект. Принципы оздоровления человека в эпоху античности. История восточных систем оздоровления. оздоровительные практики у народов Крайнего Севера. Древнерусские системы оздоровления	2
2.1	2	Дыхательные гимнастики как технологии оздоровительной физической культуры. Современные методики лечебного дыхания: безаппаратные и аппаратные способы регуляции и коррекции дыхания. Многообразие дыхательных гимнастик: авторские системы А.Н. Стрельниковой, К. Ниши, К.П. Бутейко; пятифазное дыхание; пранаяма и другие дыхательные гимнастики	4
3.1	3	Общие представления о технологиях здоровьесбережения. Принципы построения тренировки в оздоровительной физической культуре. Методика построения тренировочных программ и их характеристика. Контроль и регулирование физической нагрузки в оздоровительной физической культуре. Системные механизмы конструирования физкультурно-оздоровительных технологий.	2
3.5	3	Специфика использования технологий здоровьесбережений в различных группах занимающихся. Методы, методики и стандарты управления качеством; показатели эффективности физкультурно-оздоровительных программ для различных целевых аудиторий; показатели эффективности деятельности ФСО и ОО.	2
4.1	4	Фитнес-технологии как технологии коррекции веса и физических кондиций занимающихся. История развития фитнеса. Тренировочные программы, основанные на использовании видов двигательной активности аэробной направленности. Общие представления о методике организации различных видов занятий на основе фитнес-технологий.	4
5.6	5	Специфика использования восточных гимнастик в различных группах занимающихся. Общие представления о методике организации различных видов занятий с применением восточных оздоровительных систем	2
5.1	5	Основные идеи и направленность восточных оздоровительных систем. Общее понятие о тренировочных программах с использованием восточной оздоровительной гимнастики и боевых искусств (ци-гун, тай-цзи-чжуань, йога, ушу).	4
6.1	6	Алгоритм решения воспитательных задач в рамках занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; социокультурный потенциал физической культуры и спорта; передовой опыт работы тренеров, инструкторов и других специалистов в области спортивной тренировки, лучшие проекты и программы в области физического развития; ресурсное, организационное и методическое обеспечение воспитательной деятельности ФСО	4
7.1	7	Место физической культуры в образовательных программа профессионального образования, программах дополнительного образования. Требования ФГОС, профессиональных стандартов и других квалификационных характеристик в области физической культуры и спорта; требования к программам дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта, программам спортивной подготовки; требования к программам учебной дисциплины по образовательным программам профессионального образования	4

## 5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во
-----------	-----------	---	--------

			часов
1.4	1	Основные группы физкультурно-оздоровительных технологий	2
1.5	1	Технология формирования физической культуры в вузах	2
1.3	1	Технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории	2
2.8	2	Методика построения различных вариантов занятий (лекционное, методическое, семинарское, практическое) на основе дыхательных техник	4
2.4	2	Дыхательные упражнения в системе здоровья К.Ниши	2
2.3	2	Пранаяма – система управления дыханием	2
2.2	2	Технология занятий дыхательной гимнастикой А.Н. Стрельниковой	2
2.7	2	Методика разработки оценочных средств для определения уровня овладения дыхательными техниками	2
2.6	2	Пятифазное дыхание в бодифлекс	2
2.5	2	Дыхание по методу К.П. Бутейко	2
3.3	3	Теория и практика академика Н.М. Амосова	2
3.6	3	Методика построения различных вариантов занятий (лекционное, методическое, семинарское, практическое) на основе технологий здоровьесбережения	4
3.2	3	Аэробная теория К.Купера	2
3.4	3	Теория и практика академика А.А. Микулина	2
4.4	4	Роль питания в коррекции веса и физических кондиций	2
4.2	4	Методика построения различных вариантов занятий (лекционное, методическое, семинарское, практическое) на основе фитнес-технологий	4
4.3	4	Специфика использования фитнес-технологий в различных группах занимающихся	2
5.3	5	Система здоровья К.Ниши	2
5.4	5	Тибетская гимнастика «Око возрождения»	2
5.7	5	Методика построения различных вариантов занятий (лекционное, методическое, семинарское, практическое) на основе восточных гимнастик	4
5.2	5	Йога и ее разновидности	2
5.5	5	Система оздоровления доктора Норбекова	2
6.2	6	Нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте	2
6.3	6	Методика оценки эффективности решения воспитательных задач в процессе использования физкультурно-оздоровительных технологий	2
6.4	6	Методика подготовки и организации физкультурно-оздоровительных мероприятий воспитательного характера	2
7.2	7	Планирование результатов освоения программы в области физической культуры и спорта	2
7.4	7	Организация и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий регионального и национального масштаба (организацию, этапы, логистику, ответственность, безопасность)	2
7.3	7	Методика разработки комплексной долгосрочной программы с использованием физкультурно-оздоровительных технологий	2

### 5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

### 5.4. Самостоятельная работа студента



Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Письменная работа "Современные представления о занятиях физической культурой оздоровительной направленности с людьми зрелого и пожилого возраста"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	1	8
Письменная работа "Методика использования технологий здоровьесбережения в самостоятельных тренировках"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	1	10
Письменная работа "Оздоровительные технологии с использованием дозированных термогидротренингов"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	2	2
Письменная работа "Профилактика «компьютерной болезни»"	Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 158 с.	2	2
Письменная работа "Воспитание и развитие ребенка в процессе занятий физическими упражнениями"	Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 350 с.	2	4
Письменная работа "Современные средства и методы укрепления здоровья студенческой молодежи в образовательном пространстве вуза"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	2	4
Письменная работа "Современные нетрадиционные системы оздоровления человека"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	1	9
Письменная работа "Методика анализа предоставления физкультурно-оздоровительных услуг в ФСО, ОО"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	5
Письменная работа "Механизмы интерпретации результатов мониторинга с целью повышения эффективности"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов /	2	4

физкультурно-оздоровительных услуг"	В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.		
Письменная работа "Алгоритм решения воспитательных задач в рамках занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	4
Письменная работа "Методики оценки функциональных возможностей организма занимающихся как способы создания на занятиях проблемно ориентированной образовательной среды"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	4
Письменная работа "Технология распределения оздоровительных систем в содержание программы по физическому воспитанию"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	1	8,25
Письменная работа "Оздоровительные технологии с использованием водного закаливания"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	1	5
Письменная работа "Методика использования восточных гимнастик в самостоятельных тренировках"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	2	4
Письменная работа "Методика педагогического взаимодействия с родителями воспитанников, имеющих ограниченные возможности здоровья"	Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 158 с.	2	5,5
Письменная работа "Технология формирования физической культуры в системе дошкольного образования"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	4
Письменная работа "Технологические подходы в образовательной деятельности"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	5
Письменная работа "Методика использования дыхательных техник в самостоятельных тренировках"	Серазетдинова, Л.И. Техники дыхательных упражнений как компонента системы оздоровления : уч.-метод. пособие / Л.И. Серазетдинова, Н.Р.	1	6

	Утегенова, Г.Г. Шайдуллина. – Казань : Казанский университет, 2016. – 40 с.		
Письменная работа "Технология формирования физической культуры в системе школьного образования"	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.	2	4
Письменная работа "Методика использования фитнес-технологий в самостоятельных тренировках"	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с.	1	7,5

## 6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

### 6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного мероприятия	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учитывается в ПА
1	1	Текущий контроль	Устный опрос, письменные работы по темам дисциплины	30	10	оценка «отлично» (8-10 баллов) глубокие и твердые знания программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов); полные, четкие, логически последовательные, правильные ответы на поставленные вопросы; умение выделять главное и делать выводы; умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии, обосновывать выдвигаемые предложения и принимаемые решения; применять теоретические знания при решении практических задач; оценка «хорошо» (6-7 баллов) достаточно полные и твердые знания программного материала учебной дисциплины, правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов); последовательные, правильные, конкретные, без существенных неточностей ответы на поставленные вопросы, свободное устранение	зачет

						замечаний о недостаточно полном освещении отдельных положений при постановке дополнительных вопросов; умение достаточно полно анализировать факты, события, явления и процессы, применять теоретические знания при решении практических задач; несущественные неточности при обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений; правильное владение приемами работы с оборудованием, программным, техническим и другим обеспечением; безошибочное чтение схем, графиков. оценка «удовлетворительно» (5 баллов) знание основного программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи основных рассматриваемых явлений (процессов); правильные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы; умение применять теоретические знания к решению основных практических задач, ограниченные навыки в обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений.	
2	1	Промежуточная аттестация	Итоговое тестирование	-	10	9-10 баллов – 85-100% правильных ответов в тесте 7-8 баллов – 75-84% 5-6 баллов – 60-74% 1-4 балла – 0-59% 0 баллов – тест не пройден	зачет
3	2	Текущий контроль	Устный опрос, письменные работы по темам дисциплины	30	10	оценка «отлично» (8-10 баллов) глубокие и твердые знания программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов); полные, четкие, логически последовательные, правильные ответы на поставленные вопросы; умение выделять главное и делать выводы; умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии, обосновывать выдвигаемые предложения и принимаемые решения; применять теоретические знания при решении практических задач оценка «хорошо» (6-7 баллов) достаточно полные и твердые знания программного материала учебной дисциплины, правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых явлений (процессов); последовательные, правильные,	экзамен

					<p>конкретные, без существенных неточностей ответы на поставленные вопросы, свободное устранение замечаний о недостаточно полном освещении отдельных положений при постановке дополнительных вопросов; умение достаточно полно анализировать факты, события, явления и процессы, применять теоретические знания при решении практических задач; несущественные неточности при обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений; правильное владение приемами работы с оборудованием, программным, техническим и другим обеспечением оценка «удовлетворительно» (5 баллов) знание основного программного материала учебной дисциплины, понимание сущности и взаимосвязи основных рассматриваемых явлений (процессов); правильные, без грубых ошибок ответы на поставленные вопросы; умение применять теоретические знания к решению основных практических задач, ограниченные навыки в обосновании выдвигаемых предложений и принимаемых решений.</p>		
4	2	Промежуточная аттестация	Экзамен	-	5	<p>5 баллов - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, и правильно ответил на дополнительный вопрос. 4 балла - студент ответил в полном объеме и правильно на два вопроса, но не правильно ответил на дополнительный вопрос или верно ответил на один из двух вопросов и дал правильный ответ на дополнительный; 3 балла - ответил не полно на два вопроса, но ответил на дополнительный или ответил на один вопрос полно, на второй не полно, но ответил на дополнительный; 2 балла - ответил не полно на два вопроса и не ответил на дополнительный; 1 балл - ответил только на один вопрос не полно или ответил только на дополнительный вопрос.</p>	экзамен

## 6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
экзамен	устный ответ	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения
зачет	тестирование	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

### 6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ			
		1	2	3	4
ОПК-2	Знает: целевое воздействие оздоровительных систем и физкультурно-оздоровительных технологии, проблемы питания и здоровья, технологии модернизации оздоровительных программ, методические особенности применения в зависимости от целевой аудитории; организацию и проведение массовых физкультурно-спортивных мероприятий регионального и национального масштаба (организацию, этапы, логистику, ответственность, безопасность)	+	+	+	+
ОПК-2	Умеет: выявлять и обосновывать преимущества и недостатки различных образовательных методик, в том числе инновационных; объяснять вопросы организации и внедрения новейших методических подходов в области физической культуры и спорта устно и письменно для различных целевых аудиторий специалистов и неспециалистов; организовывать деятельность обучающихся в рамках освоения дисциплины (модуля) по программам профессионального образования с учетом возрастных особенностей, стадий профессионального развития	+	+	+	+
ОПК-2	Имеет практический опыт: использования оздоровительных систем и технологий в различных вариантах учебных занятий; разработок комплексных долгосрочных программ с использованием физкультурно-оздоровительных технологий для определенной целевой аудитории; проведения периодического и текущего контроля результатов исполнения групповых и индивидуальных планов спортивной подготовки занимающихся	+	+	+	+
ОПК-3	Знает: нормативные документы в сфере молодежной политики, воспитания, этических норм в спорте; социокультурный потенциал физической культуры и спорта; передовой опыт работы тренеров, инструкторов и других специалистов в области спортивной тренировки, лучшие проекты и программы в области физического развития; ресурсное, организационное и методическое обеспечение воспитательной деятельности ФСО	+		+	+
ОПК-3	Умеет: оценивать воспитательный потенциал мероприятия образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной направленности; определять эффективные средства и методы воспитательной работы в ФСО	+		+	+
ОПК-3	Имеет практический опыт: использования технологий анализа реализации воспитательного потенциала мероприятий образовательной и физкультурно-оздоровительной направленности и подготовки предложений по совершенствованию воспитательной работы; разработки годового плана воспитательной работы ФСО	+		+	+
ОПК-5	Знает: методы, методики и стандарты управления качеством; показатели эффективности физкультурно-оздоровительных программ для различных целевых аудиторий; показатели эффективности деятельности ФСО и ОО	+		+	+
ОПК-5	Умеет: проводить мониторинг показателей деятельности ФСО и реализации физкультурно-оздоровительной программы с использованием электронных форм; определять проблемы в организации образовательной, спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности и разрабатывать мероприятия по ее совершенствованию	+		+	+
ОПК-5	Имеет практический опыт: использования технологий анализа результатов деятельности в области физической культуры и массового спорта, и разработки методических рекомендаций по совершенствованию; технологий анализа предоставления физкультурно-оздоровительных услуг и разработки предложений по повышению эффективности деятельности	+		+	+
ОПК-9	Знает: требования ФГОС, профессиональных стандартов и других	+		+	+

	квалификационных характеристик в области физической культуры и спорта; требования к программам дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта, программам спортивной подготовки; требования к программам учебной дисциплины по образовательным программам профессионального образования			
ОПК-9	Умеет: составлять заключение по результатам экспертизы научно-методических и учебно-методических материалов в области физической культуры и спорта; определять наиболее эффективные способы осуществления методической помощи физкультурно-спортивным организациям, выполнения консультационных проектов	+		++
ОПК-9	Имеет практический опыт: опытом разработки учебно-методического обеспечения учебных дисциплин (модулей) по профессиональным образовательным программам в области физической культуры и спорта	+		++

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

## 7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

### Печатная учебно-методическая документация

а) *основная литература:*

Не предусмотрена

б) *дополнительная литература:*

Не предусмотрена

в) *отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:*

Не предусмотрены

г) *методические указания для студентов по освоению дисциплины:*

1. Методические рекомендации обучающимся по организации самостоятельной работы при подготовке к зачету и экзамену

*из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:*

1. Методические рекомендации обучающимся по организации самостоятельной работы при подготовке к зачету и экзамену

### Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Кондаков, В.Л. Физкультурно-оздоровительные технологии : учебное пособие для вузов / В.Л. Кондаков, А.А. Горелов, О.Г. Румба, Е.Н. Копейкина. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 334 с. <a href="https://urait.ru/viewer/fizkulturno-ozdorovitelnye-tehnologii-477118">https://urait.ru/viewer/fizkulturno-ozdorovitelnye-tehnologii-477118</a>
2	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Никитушкин, В.Г. Оздоровительные технологии в системе физического воспитания : учебное пособие для вузов / В.Г. Никитушкин, Н.Н. Чесноков, Е.Н. Чернышова. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 246 с.

			<a href="https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vozpitanija-472458">https://urait.ru/viewer/ozdorovitelnye-tehnologii-v-sisteme-fizicheskogo-vozpitanija-472458</a>
3	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Завьялова, Т.П. Теория и методика физического воспитания дошкольников : учебное пособие для вузов / Т.П. Завьялова, И.В. Стародубцева. – 2-е изд. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 350 с. <a href="https://urait.ru/viewer/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vozpitanija-doshkolnikov-476041">https://urait.ru/viewer/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vozpitanija-doshkolnikov-476041</a>
4	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Рипа, М.Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М.Д. Рипа, И.В. Кулькова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2021. – 158 с. <a href="https://urait.ru/viewer/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vozpitanii-472815">https://urait.ru/viewer/lechebno-ozdorovitelnye-tehnologii-v-adaptivnom-fizicheskom-vozpitanii-472815</a>

Перечень используемого программного обеспечения:

Нет

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

## 8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Лекции	103 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор; системный блок; колонки; мышь; клавиатура; сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет
Практические занятия и семинары	202 (6)	Автоматизированное рабочее место: монитор; системный блок; колонки; мышь; клавиатура; сетевой фильтр. Зал с выходом в Интернет