

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА» (КБГУ)**

Институт педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования

Кафедра теории и технологии физической культуры и спорта

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

**РУКОВОДИТЕЛЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ**

**ДИРЕКТОР ИНСТИТУТА ПЕДАГОГИКИ,
ПСИХОЛОГИИ И ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

ЧЕРКЕСОВ Т.Ю.
« ____ » _____ 2018 г.

О.И. МИХАЙЛЕНКО
« ____ » _____ 2018 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**«Б.1.В.13.01. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ
СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ»**

Направление подготовки

44.03.01 Педагогическое образование
(КОД И НАИМЕНОВАНИЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ)

Физическая культура
Профиль подготовки

Квалификация (степень) выпускника
Бакалавр

Форма обучения
Очная

Нальчик 2018

Рабочая программа дисциплины «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (гандбол, футбол)» /сост. к.п.н., доц. А.М. Тхазеплов – Нальчик: ФГБОУ КБГУ, 2018. – 35 с.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины студентам очной формы обучения по направлению подготовки 44.03.01. «Педагогическое образование» направления Физическая культура в 1-7 семестрах.

Рабочая программа дисциплины составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «4» декабря 2015 г. N 1426.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО	4
3. Требования к результатам освоения дисциплины (модуля)	5
4. Содержание и структура дисциплины (модуля)	6
4.1. <i>Лекционные занятия</i>	15
4.2. <i>Практические занятия</i>	15
4.3. <i>Лабораторные занятия</i>	17
4.4. <i>Самостоятельная работа</i>	17
5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации	18
6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности	21
7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины	23
7.1. <i>Основная литература</i>	25
7.2. <i>Дополнительная литература</i>	26
7.3. <i>Периодические издания</i>	26
7.4. <i>Интернет-ресурсы</i>	27
7.5. <i>Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы</i>	27
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины	33
9. Лист изменений (дополнений)	35

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Цель дисциплины – обеспечить формирование у студентов профессионально-значимых знаний, умений для решения задач характеризующих содержание компетенций учителя (тренера-преподавателя) по гандболу и футболу. Сформировать целостное представление о содержании, структуре, организационных формах деятельности учителя (тренера-преподавателя), уверенное владение знаниями о способах организации учебных и учебно-тренировочных занятий с различным контингентом занимающихся, овладевать практикой и методикой судейства, планирования, контроля и учета динамики тренировочных занятий.

Задачи дисциплины:

- определять цели и задачи учебно-тренировочного процесса с учетом различного контингента занимающихся;
- подбирать адекватные поставленным задачам средства и методы обучения и спортивного совершенствования;
- оценивать физическое и функциональное состояние индивида, его готовность к различным формам физкультурно-спортивной деятельности;
- определять и регулировать величину нагрузок по ответной реакции функциональных систем организма;
- оценивать эффективность используемых средств и методов в учебном процессе;
- осуществлять контроль за состоянием общей, специальной, физической подготовленностью гандболистов, уровнем их технической и тактической готовности;
- использовать электронные технологии контроля обучения;
- способствовать формированию личностных качеств, характерных для соревновательной деятельности спортсменов-игровиков.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВПО

Дисциплина «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (гандбол, футбол)» является базовой в составе профессионального цикла дисциплин **Б.1.В.13.01**. В структуре ООП ВО направления подготовки 44.03.01. – Педагогическое образование профиль «Физическая культура» является профессионально-образующей для студентов, избравших специализацию по гандболу и футболу.

Для успешного освоения дисциплины необходимы знания, умения, навыки и компетенции студента, которые позволят в дальнейшей профессиональной деятельности осуществлять подготовку спортсменов разного возраста и квалификации.

Рабочая программа дисциплины «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (гандбол, футбол)» имеет трудоемкость, равную 21 зачетным единицам (756 час.).

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Выпускник, освоивший программу бакалавриата, в соответствии с видом (видами) профессиональной деятельности, на который (которые) ориентирована программа бакалавриата, должен быть готов решать следующие профессиональные задачи:

- поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8);
- использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2).

знать:

- основы комплекса требований по физической, технической, тактической и психической подготовке в игровых видах спорта;
- организационное построение учебно-тренировочного процесса в многолетней подготовке;

уметь:

- программировать учебно-тренировочный процесс, разрабатывать этапы и циклы подготовки, владеть навыками спортивного отбора юных спортсменов;
- организовывать учебно-тренировочный процесс в детских спортивных школах с различным контингентом обучающихся;
- закреплять технико-тактические навыки в процессе педагогической практики и организационно-тренерской практики в детско-юношеских спортивных учреждениях и спортивных ведомствах, городских и муниципальных организациях по физической культуре и спорту;
- обеспечивать мотивацию учебной деятельности учащихся на уроке – спортивной тренировке;

владеть:

- современными концепциями организации и реализации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях различных типов;
- спецификой содержания образования по предмету «Физическая культура», принципами и подходами к его построению, многообразием профессионально-образовательных программ;
- информационно-технологическим обеспечением учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура» в учреждениях общего образования различных типов;

- технологиями практической реализации учебного процесса по предмету;

- методами и средствами сбора, обобщения и использования информации о достижениях физической культуры и спорта для последующего осуществления планирования и методического обеспечения деятельности физкультурно-спортивных организаций;

Приобрести опыт деятельности:

- в обобщении, умении анализировать, воспринимать информацию;

- в применении навыков коммуникации для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса, выражения и обоснования собственной позиции относительно анализа результатов осуществления учебно-воспитательного процесса с различными категориями обучающихся средствами преподаваемого учебного предмета;

- в формировании материальной и информационной образовательной среды, содействующей развитию способностей у учащихся;

- в применении диагностических методик определения уровня отдельных компонентов учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемого учебного предмета.

4. Содержание разделов дисциплины

Таблица 1. Содержание дисциплины Первый год (1,2 семестры)

Гандбол

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма тек. контр.
1	Обучение стойкам и перемещениям в гандболе	Стойка гандболиста. Разновидности стоек и перемещений: остановки, поворотов на месте и в движении, передвижения приставными шагами, скрестными шагами, спиной вперед. Техника перемещений: бег, ходьба, прыжки: толчком одной и двумя ногами с разбега, с места; толчком одной ноги) Техника перемещений в защите: ходьба, бег, бег приставными шагами, бег скрестными шагами. Сочетание передвижений, остановок, поворотов, выходы на передачи.	ДЗ
2	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча на месте и в движении, в прыжке. Передача мяча согнутой и прямой рукой	Техника передачи мяча одной от плеча вперед с наименьшей траекторией полета мяча на месте, с двух-трех шагов, в движении, в прыжке и в прыжке с имитацией броска (короткие, средние, длинные). Техника передачи мяча прямой рукой сверху (на месте, после перемещения), на разной высоте, с разной силой, отскоком от пола.	ДЗ Р

	сверху, сбоку, снизу.		
3	Обучение технике скрытых передач мяча. Обучение ловле мяча на месте и в движении, с опровержением противника	Скрытые передачи. Кистевая передача, передача без замаха. Откидки мяча. Ловля мяча двумя руками на месте, в движении, в прыжке, после отскока от площадки. Обратный пас. Ловля мяча на скорости; при встречном движении, под углом, летящего со спины. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча с сопротивлением противника.	РК
4	Обучение технике ввода мяча в игру, технике ведения мяча в различных ситуациях	Выбрасывание и ловля мяча после бокового и углового бросков. Ведение мяча на месте, в движении: со средним, высоким и низким отскоком, ведение правой, левой рукой и переменное ведение, ведение с изменением направления и остановками, ведение мяча с обводкой и укрыванием мяча корпусом, ведение с сопротивлением, ведение и передача мяча, ловля с переходом на ведение мяча.	ДЗ Р
5	Обучение технике броска мяча	Броски мяча в ворота: бросок согнутой рукой от плеча - с места, с разбега, в прыжке, согнутой и прямой рукой сбоку и сверху. Семиметровый штрафной бросок. Бросок с места и с хода с падением. Бросок без замаха. Бросок после ловли: на месте, в движении, в прыжке. Свободный бросок. Бросок с угла: с выпрыгиванием, с падением, перекидка. Эстафеты с бросками.	ДЗ
6	Обучение различным финтам	Финты. Финты без мяча - ускорения, повороты, остановки, рывки, прыжки, выпады. Обучение одношажным, двухшажным, трехшажным финтам. Финты с мячом. Обыгрывание защитника вправо и влево. Ложные движения на передачу, бросок, проход. Финты с поворотом.	ДЗ, РК
7	Обучение индивидуальным техническим действиям в защите и технике игры вратаря	Техника защитника. Стойка защитника, перемещения – выходы вперед и назад, смещения вправо и влево приставными шагами, блокирование бросков, персональная опека, обманные действия, перехват мяча. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах приставными шагами. Выходы вратаря. Ловля, гашение, отбивание мячей двумя руками. Отбивание мячей одной рукой. Отбивание мячей ногами. Отбивание мячей в верхних углах с толчком разноименной, одноименной ноги, выпады. «Полушпагаты». Введение мяча в игру.	ДЗ К
8	Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в гандболе	Тактика нападения. Основные принципы нападения. Расстановки. Функции нападающих, индивидуальная тактика нападающего: общие требования, выбор места, освобождение от защитника, броски в ворота, взаимодействие с партнером, подбор мяча, использование финта. Групповые тактические действия: взаимодействия двух игроков,	ДЗ К

		взаимодействия трех игроков, простейшие тактические комбинации - «двойка», «тройка», «обратный вход», «заслон центру». Командные действия: стремительное нападение, позиционное нападение с одним линейным, с двумя линейными нападающими. Тактика стандартных положений: разыгрывание свободного броска, угловой бросок, штрафной бросок, боковой бросок, окончание времени. 45 с. Ознакомление с общекомандными комбинациями.	
9	Обучение тактическим действиям в защите и особенностям игры в защите при различной системе.	Основные принципы защиты. Расстановка, функции защитников. Индивидуальная тактика защитника: занятие позиции, перемещения, опека нападающего без мяча, опека нападающего с мячом, перехваты мяча, блокирование бросков, блокирование бросающей руки, «связывание» нападающего, освобождение от заслона, пересечение траектории полета мяча. Групповые действия: «разбор» игроков, смена подопечных, переключение защитников, подстраховка, групповое блокирование, взаимодействия с вратарем, действия в меньшинстве. Командные действия: персональная защита в зоне свободных бросков, зонная защита 6-0, 5-1, комбинированная защита 5+1, защита при численном неравенстве. Защита при контратаке. Защита против различных систем нападения. Учебные односторонние и двухсторонние игры.	ДЗ К
10	Организация двусторонних игр, контрольных игр и соревнований	Контрольные игры и соревнования по гандболу. Проводятся в соответствии с содержанием рабочей программы и плана подготовки студентов, календарному плану спортивных мероприятий. Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке, технике игры. Передача и ловля мяча в движении, броски мяча на дальность, ведение мяча с препятствиями, участие в контрольной игре с исполнением рекомендованных функций (нападающего, защитника, вратаря).	ДЗ

Второй год (3,4 семестры) Гандбол

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма тек. контр.
1	Совершенствование общей физической подготовки гандболистов	Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Маховые движения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Круговые движения туловищем, повороты и наклоны, упражнения на координацию. Маховые движения рук и ног. Пружинистые приседания. Приседания на одной ноге. Прыжки. Упражнения на снарядах (канат, бревно, гимнастическая скамейка, шведская стенка). Упражнения с отягощениями.	ДЗ

		<p>Упражнения с набивными мячами (1-3 кг). Броски мяча друг другу разными способами одной и двумя руками. Жонглирование набивным мячом/Упражнения для ног и мышц брюшного пресса (стоя, сидя, лежа). Легкоатлетические упражнения. Бег медленный, до 5-7 мин. Бег по пересеченной местности, в лесу. Бег на 30-60 м на скорости. Повторный бег 5х40 м, 6х30 м, 100 м. Бег на время 300, 500, 800 м. Прыжки в длину и высоту с разбега. Тройной прыжок с разбега. Многоскоки. Метание мячей, толкание набивного мяча. Эстафеты.</p>	
2	Совершенствование специальной физической подготовки гандболистов	<p>Упражнения для развития быстроты: бег на 10-30 м из различных стартовых положений, челночный бег, бег с хода на 10-20, 30 м, ведение мяча с максимальной скоростью на 20-30 м. с обводкой препятствий, бег прыжками на одной и двух ногах, бег с изменением направлений, с прыжками на 90 и 180°, различные эстафеты.</p> <p>Упражнения для развития ловкости: акробатические упражнения в сочетании с перемещениями гандболиста, ловлей и передачей мяча, бросками в ворота, блокированием, прыжками с поворотами, падениями (на пол, на маты), преодоление препятствий в эстафетах: барьеры - под планкой, между ног гимнастического коня, через стол, стул, в прыжках с падениями и кувырками -выполнение элементов игры - передача и ловля мяча, ведение, бросок.</p> <p>Упражнения для развития прыгучести: Многоскоки на одной и двух ногах, прыжки с места и в длину - тройные, многократные, прыжки в глубину и через препятствия. Броски в прыжке, прыжки в высоту с доставанием предмета (многократно), эстафеты с прыжками. Упражнения в бросках и ловле мяча для развития мышечной силы и быстроты: упражнения с отягощениями (блины от штанги, гантели, гири, набивные мячи и т. п., предметы); броски набивного мяча, броски гандбольного мяча на дальность; броски мяча в стенку (сетку) и ловля - на быстроту, метание мяча на дальность.</p> <p>Упражнения с мячом: дриблинг с низким отскоком без зрительного контроля за мячом, финты с мячом, передачи в парах и тройках несколькими мячами, жонглирование мячами, подвижные игры, спортивные игры, эстафеты.</p>	ДЗ, РК, Т
3	Совершенствование ранее изученных	Передача мяча в прыжке с поворотом, в одно касание в движении. Ловля и передача мяча с	РК

	технических действий с акцентом на скоростные действия.	сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Броски в опорном положении с места, в движении. Броски с отклонением корпуса. Комбинированные броски. Бросок в прыжке. Броски с линии 6 м с сопротивлением одного и двух защитников. Финты без мяча и с мячом. Передача и ловля мяча в атаке с отрывом. Бросок с хода. Эстафеты с перемещениями, ловлей, передачей, бросками мяча в ворота. Техника защиты. Повторное выполнение выходов с блокированием, групповое блокирование бросков, блокирование* нападающего, опека линейного нападающего, опека крайнего, техника выходящего защитника, спекание бьющей правой и левой руки, освобождение от заслона. Эстафеты. Техника игры вратаря. Боковая стойка вратаря, выходы вратаря на фланге, обманные действия вратаря, «шпагаты», падения за мячами, отражение мячей в броске, организация «стенки», организация контратаки, отражение бросков в разные углы ворот.	
4	Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении.	Индивидуальные тактические действия: ложные действия с мячом и без мяча, финты, действия на различных игровых местах - на краю, в линии, в центре, игра в отрыв, замены. Групповые тактические действия: взаимодействия при позиционном и комбинированном нападении, с крестные и параллельные перемещения с поворотом мяча на другой фланг, тактические комбинации вдвоем и втроем, групповой отрыв. Командные тактические действия: позиционное нападение, поточные нападения, игра при численном большинстве и меньшинстве, общекомандные тактические комбинации, тактика окончания игры, эшелонированное стремительное нападение.	ДЗ, РК, Т.
5	Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в защите.	Совершенствование изученных действий, крайние защитники, полусредние защитники, центральные защитники, передние защитники. Индивидуальные тактические действия: «персональная опека» нападающего, выходы, блокирование бросков на выходах, взаимодействия с вратарем при блокировании, перехват мяча. Организация контратаки. Групповые тактические действия: опека при контратаке противника, опека после потери мяча, действия в большинстве, стандартные связки, смена подопечных при заслоне, подстраховка. Командные тактические действия: персональная защита на своей	ДЗ, РК Т.

		половине поля, зонная защита 4-2, 3-3, комбинированная защита 4+2. Защита в стандартных положениях. Защита против различных систем нападения.	
6	Игровая практика	Учебные и контрольные игры, односторонние и двухсторонние. Соревнования по гандболу. Участие в плановых товарищеских и календарных играх.	К

Третий год (5,6 семестры) Футбол

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма тек. контр.
1	Совершенствование общей и специальной физической подготовки футболистов.	<p>Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Упражнения для мышц рук, плечевого пояса, туловища, ног. Парные упражнения. Маховые движения рук, ног, наклоны, вращения, повороты туловища. Подтягивания, отжимания. Упражнения с сопротивлением, переноска тяжестей. Упражнения с набивными мячами (3-4 кг.). Использование метода круговой тренировки. Элементы акробатики: кувырки, стойки, перевороты, сальто, падения с перекатом через спину. Сочетание акробатических упражнений с приемами игры в футболе, Подвижные и спортивные игры (по планам предыдущих лет), эстафеты. Легкая атлетика, лыжи, плавание, кроссы и фартлек.</p> <p>Упражнения для развития быстроты. Преодоление коротких отрезков (до 30 м) из разных исходных положений. Челночный бег вперед, назад, в стороны (обычными и приставными шагами) на дистанции от 3 до 20 м, ведение мяча с максимальной скоростью последовательными передачами и ловлей мяча. Выполнение заданного количества передач (ударов) на время, парные упражнения с мячом на индивидуальное обыгрывание, выполнение элементов игры на ограниченных участках с заданной скоростью, в ограниченное время. Эстафеты. Упражнения для развития силы. Приседания на одной и двух ногах, с отягощением, с партнером. Наклоны с отягощением. Повороты туловища с весом на плечах. Прыжки с грузом. Упражнения со штангой, с грифом, с блинами, с гирями. Упражнения с набивными мячами, гантелями. Лазанье. Подтягивание, отжимания. Упражнения для мышц брюшного пресса. Упражнения с сопротивлением партнера. Броски игрового и набивного мяча на дальность. Эстафеты с упражнениями на силу. Упражнения для развития выносливости.</p>	ДЗ, РК

2	Обучение специальным техническим приемам игры и дальнейшее совершенствование ранее изученных приемов в футболе	<p>Ведение мяча по прямой, ведение мяча с обводкой, финтов (стоек), слаломное ведение мяча с обводкой, совершенствование передач разными способами, остановка и обработка мяча на месте и в движении, работа в различных модификациях квадрата с решением разных задач. Совершенствование финтов. Отработка одинарного, двойного и тройного дриблинга с мячом и без мяча. Финты на передачу, уход – передача и др. Удары по цели с разного расстояния, совершенствование игры в «стенку», совершенствование ударов в опоре и в безопорном положении с разных точек штрафной площади и за ее пределами. Обыгрывание последовательно двух защитников в атаке с отрывом (с мячом), Совершенствование техники перемещений с мячом в единоборстве с защитником, отработка мяча. Техника защиты. Выходы с пересечением траектории передач мяча за спину защитника, опека двух нападающих с переключением, организация защиты на разных игровых местах, прессинг по всему полю, уход от опеки, опека при контратаке противника при соотношениях игроков 1:1, 2:1, 2:2, 3:3, 2:3, 3:2 и т. д.</p> <p>Техника игры вратаря. Отражение дальних ударов, отражение мячей после отскоков от площадки, техника игры на выходах при ударах с линии штрафной площади, отражение штрафного удара, игра на перехватах после стандартов, взаимодействия с защитниками, игра в отрыв, игра в роли полевого игрока.</p>	ДЗ, РК, Т.
3	<p>Обучение новым тактическим приемам (индивидуальное нападение, групповое, командное взаимодействие др.)</p> <p>Совершенствование ранее изученных тактических приемов (индивидуальные, групповые, командные)</p>	<p>Совершенствование изученных действий.</p> <p>Индивидуальные тактические действия: совершенствование в действиях одного основного игрового амплуа и одного запасного. Групповые тактические действия: отработка взаимодействий с ближними партнерами по нападению, разучивание тактических комбинаций с завершением атаки на фланге, с линии, по центру сзади, совершенствование действий стремительного нападения. Командные тактические действия: позиционное нападение со сменой мест, групповое нападение (из 2-3 игроков), комбинации с завершением определенными игроками, коллективная контратака с ходу, тактика стандартных положений. Тактика защиты.</p> <p>Совершенствование изученных действий.</p> <p>Индивидуальные тактические действия: «персональная опека» нападающего на своей половине, сопровождение с последующей атакой нападающего перед входом в штрафную площадь, сочетание опеки с переключением, взаимодействие с вратарем, участие в контратаке.</p>	РК Т.

		Групповые тактические действия: создание численного большинства на отдельном участке поля; действия в меньшинстве, подстраховка при заслонах, взаимопомощь голосом, действия при штрафных и свободных ударах. Командные тактические действия: персональная защита на своей половине, зонная и смешанная защита, защита при численном меньшинстве, защита при контратаке противника.	
4	Игровая практика	Соревнования по футболу. Участие в товарищеских встречах на своем и чужом полях, ведомственные соревнования	ДЗ РК
5	Прием контрольных нормативов	Тесты по определению физической подготовленности (скорость, быстрота, координация, сила, выносливость)	ДЗ Т.
6	Учебная практика (организация и проведение отдельных частей тренировочных занятий, судейства и др.)	Выполнение заданий преподавателя по организации и проведению учебно-тренировочного занятия (или отдельных его частей). Организация и участие в приеме контрольных нормативов по технической, тактической и физической подготовке, участие в организации и проведении двусторонних игр в качестве ведущего преподавателя. Оценка деятельности студента по организации и проведению.	ДЗ

7 семестр (футбол)

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма тек. контр.
1	Совершенствование сложных технических приемов (модификации квадратов с отработками сложных задач; оттачивание техники ударов).	Прием плавящих передач с последующей обработкой в одно касание и ударом по воротам. Скоростное ведение мяча в ограниченном пространстве коридора шириной от 0,5 до 0,75 м. Совершенствование комплекса упражнений в состав которого входят: ведение, дриблинг, передача на точность, игра в стенку, удар по цели. Совершенствование точности передач и ударов с подтягиванием недоминантной ноги, усложнение передач и ударов ограничением времени и пространства. Совершенствование ударов по воротам из различных положений (в прыжке, единоборстве, дефиците времени, пространстве, сопровождении и опеки защитника, из стандартных положений, в безопорном положении, с лета, полулета и др.) Совершенствование игровой практики по системам: 1:1; 2:1; 2:2; 3:2; 3:3. и др. с постановкой усложненных задач и интерпретациями.	ДЗ, РК; Т.
2	Совершенствование специальной работоспособности	Совершенствование специальной физической подготовленности футболистов упражнениями специализированного характера. Организация	ДЗ РК

	ти футболистов	тренировок с использованием интервально-серийного метода по развитию и совершенствованию скоростной, силовой и скоростно-силовой видов выносливости (модификации игры в квадратах, игровые упражнения на ограниченной площади с решением технических и тактических задач на пульсах от 170 до 190 и более уд./мин. с восстановлением до 120-130 уд./мин.) Игры на площадях 60х60; 40х60; 60х80м. с участием состава игроков 6:6; 7:7; 8:8 и т.д. Работа в выполнении комплекса игровых упражнений по периметру всего поля в суммарном метраже, равным 400 м.	
3	Привитие умений и навыков управления игроком и командной игрой (организация и проведение отдельных частей тренировочных занятий). Судейская практика.	Выполнение заданий преподавателя по организации и проведению учебно-тренировочного занятия (или отдельных его частей). Организация и участие в приеме контрольных нормативов по технической, тактической и физической подготовке, участие в организации и проведении двусторонних игр в качестве ведущего преподавателя. Оценка деятельности студента по организации и проведению.	ДЗ
4	Игровая практика	Соревнования по футболу. Участие в товарищеских встречах на своем и чужом полях, ведомственные соревнования	ДЗ

В графе 4 приводятся планируемые формы текущего контроля: домашнее задание (ДЗ); коллоквиум (К), рубежный контроль (РК), тестирование (Т) и т.д.

Структура дисциплины

Таблица 2. Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 21 зачетную единицу (756 часов)

Виды работ	ТРУДОЕМКОСТЬ (ЧАС)
Общая трудоемкость	756
Контактная работа:	318
Лекции	-
Семинарские	-
Практические занятия	315
Курсовой проект	3
Самостоятельная работа:	303
Расчетно-графическое задание	-

Реферат	-
Самостоятельное изучение разделов:	135
Самоподготовка (проработка и повторение материала учебников и учебных пособий, подготовка к практическим занятиям, рубежному контролю и т.д.)	27
Подготовка к контрольным тестам (нормативы)	54
Подготовка и сдача зачетов и экзаменов	54
Вид промежуточной аттестации	ЗАЧЕТ: 4,6 ЭКЗАМЕН: 1,2,3,5,7

4.1. Лекционные занятия

Таблица 3. Лекционные занятия (не предусмотрены)

4.2. Практические занятия

Таблица 4. Практические занятия (семинарские занятия). Первый год (1 и 2 семестры) Гандбол

№ п/п	Тема
1	3
1	Обучение стойкам и перемещениям в гандболе
2	Обучение передаче мяча одной рукой от плеча на месте и в движении, в прыжке. Передача мяча согнутой и прямой рукой сверху, сбоку, снизу.
3	Обучение технике скрытых передач мяча. Обучение ловле мяча на месте и в движении, с сопротивлением противника
4	Обучение технике ввода мяча в игру, технике ведения мяча в различных ситуациях
5	Обучение технике броска мяча
6	Обучение различным финтам
7	Обучение индивидуальным техническим действиям в защите и технике игры вратаря
8	Обучение индивидуальным, групповым и командным тактическим действиям в гандболе
9	Обучение тактическим действиям в защите и особенностям игры в защите при различной системе.
10	Организация двусторонних игр, контрольных игр и соревнований

Второй год (3 и 4 семестры) Гандбол

№ п/п	Тема
1	3
1	Совершенствование общей физической подготовки гандболистов
2	Совершенствование специальной физической подготовки гандболистов
3	Совершенствование ранее изученных технических действий с акцентом на скоростные действия.
4	Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении.
5	Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий защите.
6	Игровая практика

Третий год (5-6 семестры) Футбол

№ п/п	Тема
1	3
1	Совершенствование общей и специальной физической подготовки футболистов.
2	Обучение специальным техническим приемам игры в футбол и дальнейшее их совершенствование
3	Обучение и совершенствование новым тактическим приемам (в т.ч. стандартным положениям и др.) Совершенствование тактических приемов (индивидуальные, групповые, командные)
4	Специальная физическая подготовка
5	Прием контрольных нормативов
6	Учебная практика (организация и проведение отдельных частей тренировочных занятий, судейства и др.)

4-й год (7 семестр) Футбол

№ п/п	Тема
------------------	-------------

№ п/п	Тема
1	3
1	Совершенствование общей и специальной физической подготовки футболистов.
2	Обучение специальным техническим приемам игры в футбол (дриблинги, ударам в опорном и безопорном положениях, в дефиците времени и пространства) и дальнейшее их совершенствование
3	Совершенствование приемов со стандартных положений. Совершенствование индивидуальных, групповых, командных тактических приемов).
4	Специальная физическая подготовка футболистов
5	Прием контрольных нормативов по технической, общей и специальной физической подготовке
6	Учебная практика (организация и проведение отдельных частей тренировочных занятий, судейства и др.)

4.3. Лабораторные работы

Таблица 5. Лабораторные работы. Лабораторные работы программой не предусмотрены.

4.4. Самостоятельная работа

Таблица 6. Самостоятельное изучение разделов дисциплины

№ п/п	Вопросы, выносимые для самостоятельного изучения
1	История возникновения развития гандбола (футбола) у нас в стране. Современные правила игры. Правила судейства
2	Гандбол (футбол) как средство физического воспитания. Подвижные игры для развития основных физических качеств гандболиста.
3	Основные понятия и терминология применяемая в теории и методике гандбола (футбола). Изучение специальных терминов, применяемых в гандболе.
4	Правила игры в гандбол и футбол.
5	Самоконтроль при занятиях ФК и спортом. Дневник самоконтроля. Умение определять ЧСС, АД, ЧД и адекватность тренировочной нагрузки. Осуществление самоконтроля при занятиях ФК и спортом.
6	Методика обучения технике нападения в гандболе (футболе).
7	Методика обучения технике защиты в гандболе. Защита в футболе.
8	Физические качества и морфофункциональные особенности гандболистов (футболистов). Составление картотеки упражнений для развития различных двигательных и других качеств.
9	Олимпийские игры в Рио-де-Жанейро. Итоги участия сборной России по классическому гандболу. Организация и проведение Чемпионата мира по

	футболу в 2018 г. в России.
10	Судейская коллегия. Права и обязанности судей в гандболе (футболе).
11	Профессиональные качества, характеризующие мастерство тренера по спортивным играм.
12	Международная и Всероссийская Федерация гандбола. Структура, состав, права и обязанности. Организация ФИФА и УЕФА.
13	Классификация техники и тактики игры. Последовательность обучения в гандболе (футболе).
14	Характеристика этапов обучения двигательному действию (на примере технических приемов в гандболе и футболе).
15	Тренажеры и тренажерные устройства, используемые в физической подготовке гандболистов (футболистов).
16	Характеристика врачебно-физкультурных диспансеров. Диспансерное наблюдение учащихся ДЮСШ.

5. Оценочные материалы для текущего и рубежного контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Задания для текущего контроля

Нормативы по физической подготовке (1-4 семестры) Гандбол:

1. Бег на 30 м. с регистрацией результата на 10 м. отрезке (стартовое ускорение).
2. Прыжок в длину с места толчком с двух (тройной прыжок с места).
3. Прыжок вверх с места.
4. Челночный бег 6х30;
5. Комплексное упражнение по периметру площадки (180 м.)
6. Передача мяча на дальность.

Нормативы по технической подготовке (1-4 семестры) Гандбол:

1. Ведение гандбольного мяча 20 м.
2. Передача мяча в парах на скорость и точность.
3. Броски мяча в ворота (по схеме).
4. Упражнение в малой и большой «восьмерке».
5. Судейская практика.

Нормативы по физической подготовке (5-7 семестры) Футбол:

1. Бег на 50 м. с регистрацией результата на 15 м. отрезке (стартовое ускорение).
2. Прыжок в длину с места толчком с двух (пятикратный прыжок с места).

3. Прыжок вверх с места.
4. Челночный бег 7х50.
5. Удар по мячу на дальность.
6. Вбрасывание мяча с аута.

Нормативы по технической подготовке (5-7семестры) Футбол:

1. Ведение мяча на 25 м. с обводкой стоек.
2. Слалом с мячом 25 м.
3. Удар по воротам (правой, левой).
4. Игра в малой, средней и большой группах с регистрацией ТТД.
5. Судейская практика.

Доклад, реферат (в структуре программы не предусмотрено подготовка докладов и рефератов).

Задания для практических и лабораторных занятий

Примерные задания для практического занятия:

Задания практического характера, осваиваемые студентами на занятиях, характеризуются и расположены в таблицах 1, 4 данной рабочей программы. Лабораторные занятия в разделах не предусмотрены.

Контрольные задания. (см. таблицу 6.1.)

Цель – подготовка к сдаче нормативов по физической, технической и тактической подготовке студентов, освоенных ими в разделах гандбола и футбола.

каждый вид работ оценивается в соответствии с баллами контрольных мероприятий по разделу «иные формы».

Критерии оценивания.

Оценка «Отлично» ставится, если:

- контрольные нормативы, предусмотренные в разделах физической, технической и тактической подготовки в гандболе и футболе освоены полно и за каждое отдельное тестовое упражнение студент получает максимальное количество баллов.

Оценка «Хорошо» ставится, если:

- контрольные нормативы, предусмотренные в разделах физической, технической и тактической подготовки в гандболе и футболе освоены достаточно хорошо и за каждое отдельное тестовое упражнение студент получает 80% от максимального количества баллов.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если:

- контрольные нормативы, предусмотренные в разделах физической, технической и тактической подготовки в гандболе и футболе освоены посредственно, за каждое отдельное тестовое упражнение студент получает не менее 55% от максимального количества баллов.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если:

- контрольные нормативы, предусмотренные в разделах физической, технической и тактической подготовки в гандболе и футболе освоены плохо и за каждое отдельное тестовое упражнение студент получает менее 55% от максимального количества баллов.

Таблица 6.1. Оценочные критерии освоения дисциплины ПФСС в соответствии с нормативами

№ п/п	Нормативы	Баллы
<i>Физическая подготовка Гандбол 1-4 сем.</i>		
1	Бег на 30 м. с регистрацией результата на 10 м. отрезке, сек.	1-5
2	Прыжок в длину с места толчком с двух ног, см.	1-5
3	Прыжок вверх с места, см.	1-5
4	Челночный бег 6х30, сек.	1-5
5	Комплексное упражнение по периметру площадки (180 м.), сек.	1-5
6	Передача мяча на дальность, м.	1-5
<i>Техническая подготовка Гандбол, 1-4 сем.</i>		
1	Ведение гандбольного мяча 20 м., сек.	1-5
2	Передача мяча в парах на скорость и точность, баллы.	1-5
3	Броски мяча в ворота (по схеме), баллы.	1-5
4	Упражнение в малой и большой «восьмерке», баллы	1-5
<i>Физическая подготовка Футбол 5-6 сем.</i>		
	Бег на 30 м. с регистрацией результата на 10 м. отрезке, сек.	1-5
1	Прыжок в длину с места толчком с двух ног, см.	1-5
2	Прыжок вверх с места, см.	1-5
3	Челночный бег 7х50, сек.	1-5
4	Удар по мячу на дальность, м.	1-5
5	Вбрасывание мяча с аута, м.	1-5
<i>Техническая подготовка Футбол 5-6 сем.</i>		
1	Ведение мяча на 25 м. с обводкой стоек, сек.	1-5
2	Слалом с мячом 25 м., сек.	1-5
3	Удар по воротам (правой, левой), баллы.	1-5
4	Игра в малой, средней и большой группах с регистрацией ТТД., баллы.	1-5

В графе 3 обозначенные баллы: 1-5, соответствуют выполнению нормативных требований по восходящей шкале оценок пятибалльной системы от 1 до 5, в зависимости от результатов.

6. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Таблица 7. Результаты освоения учебной дисциплины, подлежащие проверке

Результаты обучения (компетенции)	Основные показатели оценки результатов обучения	Вид оценочного материала
Готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8)	<p>Знать: - влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; - правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности.</p> <p>Уметь: - выполнять и подбирать комплексы упражнений атлетической, ритмической и аэробной гимнастики; - выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры.</p> <p>Владеть: - навыками и средствами самостоятельного, методически правильного достижения должного уровня физической подготовленности; - простейшими приемами самомассажа и релаксации;</p>	задания для практических занятий; контрольные задания
Способность использовать современные методы и технологии обучения и диагностики (ПК-2)	<p>Знать: - педагогику физической культуры; - теорию и методику физического воспитания; - современные технологии обучения и воспитания; - современные методы диагностики состояния обучающихся; - современные оздоровительные технологии.</p> <p>Уметь: - использовать современные методы обучения и воспитания в учебном процессе; - использовать современные методы диагностики, контроля и коррекции состояния обучающихся; - адаптировать методы обучения и воспитания к современным требованиям учебно-воспитательного процесса.</p> <p>Владеть: - навыками разработки технологий обучения и воспитания в современных социально-экономических условиях.</p>	задания для практических занятий; контрольные задания

В графе 3 приводятся планируемые формы текущего контроля: задания для практических занятий (ЗП); контрольные задания (КЗ) и т.д.

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания:

0-23 балла: формируются владения, умения и знания, составляющие базовую основу компетенции, без которой невозможно ее дальнейшее развитие. Обучающийся воспроизводит термины, факты, методы, понятия, принципы и правила; решает учебные задачи по образцу;

24-46 баллов: приобретается опыт деятельности, когда отдельные компоненты компетенции начинают «работать» в комплексе и происходит выработка индивидуального алгоритма продуктивных действий, направленных на достижение поставленной цели. На этом этапе обучающийся осваивает аналитические действия с предметными знаниями по конкретной дисциплине, способен самостоятельно решать учебные задачи, внося коррективы в алгоритм действий, осуществляя координирование хода работы, переносит знания и умения на новые условия;

47-100 баллов: обучающийся способен использовать знания, умения, навыки при решении задач повышенной сложности и в нестандартных условиях. По результатам этого этапа обучающийся демонстрирует итоговый уровень сформированности компетенции.

Учебная деятельность бакалавров оценивается комплексно, с учетом следующих показателей:

- 1) контрольные вопросы для проведения текущего контроля и контроля самостоятельной работы;
- 2) практические навыки, выявленные во время различных видов тестирований (контрольные нормативы и технические задания);
- 3) доклады и рефераты на заявленную тему занятия;
- 4) мотивация и интерес, проявляемый к занятиям различного вида.

В наличии имеются материалы для приема контрольных нормативов направления 49.03.01 по дисциплине «Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование в избранном виде спорта (гандбол, футбол)», подготовленные в соответствии с требованиями к составлению контрольных тестовых заданий.

Текущий контроль – прием контрольных нормативов по физической и технико-тактической подготовке, реферативные работы.

Итоговый контроль – зачет на 4,6 семестрах и экзамен на 1,2,3,5,7 семестрах.

7. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Перечень договоров ЭБС (за период, соответствующий сроку получения образования по ООП)		
Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2014/2015	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0472 от 28.04.2014г.	С «28» апреля 2014г. по «28» апреля 2015г.

2014/2015	БД РЖ ВИНТИ База реферативных журналов по всем отраслям знаний. ФГБУН ВИНТИ РАН (г. Москва) Договор № б/н от 29.04.2014 г.	С «29» апреля 2014г. по «29» апреля 2015 г.
2014/2015	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №62СЛ/10-2014 от 05.11.2014г.	С 5 ноября 2014г по 5 ноября 2016 г
2014/2015	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань» Договор №б/н от 22.11.2013г.	С 22 ноября 2013г по 22 ноября 2014 г
2015/2016	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0472 от 19.10.2015г.	С «19» октября 2015г. по «19» октября 2016г.
2015/2016	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно- библиографическая и наукометрическая база данных. Компания Thomson Reuters Контракт безвозмездного оказания услуг №131/ЭА от 03.12.2014г.	С «3» декабря 2014г. по «3» декабря 2015г.
2015/2016	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань» Договор №б/н от 22.09.2014г. Договор №б/н от 11.11.2014г.	С 22 сентября 2014г по 11 ноября 2015г
2015/2016	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №18СЛ/10-2015 от 20.11.2015г.	С 20 ноября 2015 по 20 ноября 2017 г
2016/2017	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0204 от 21.06.2016г.	С «21» июня 2016г. по «21» июня 2017г.
2016/2017	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно- библиографическая и наукометрическая база данных. Компания Thomson Reuters Контракт №113/ЭА от 04.12.2015г.	С «4» декабря 2015г. по «4» декабря 2016г.
2016/2017	База данных Science Index (РИНЦ) Национальная информационно-аналитическая система ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2017от 27.02.2017; ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2018от 05.03.2017	С 27 февраля 2017 по 27 февраля 2018 г С 5 марта 2017 по 5 марта 2018

		г
2016/2017	ЭБС «Лань» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО в соответствии с требованиями ФГОС, а также монографии и научная периодика. ООО «Издательство Лань» Договор №б/н от 19.10.2015г.	С 19 октября 2015г по 19 октября 2016г
2016/2017	Национальная электронная библиотека РГБ Объединенный электронный каталог фондов российских библиотек, содержащий описания и полнотекстовые электронные документы образовательного и научного характера по различным отраслям знаний. ФГБУ «Российская государственная библиотека» Договор №101/НЭБ/1666 от 30.08.2016 Договор с дальнейшей пролонгацией на следующий год	С 30 августа 2016г по 30 августа 2017г
2016/2017	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №2313/17 от 07.11.2016г.	С 7 ноября 2016 г по 7 ноября 2017 г
2016/2017	Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина Более 500 000 электронных документов по истории Отечества, российской государственности, русскому языку и праву. ФГБУ «Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина» (г. Санкт-Петербург) Соглашение от 15.11.2016г. (с дальнейшей пролонгацией на следующий год)	С 15 ноября 2016 г по 15 ноября 2017г
2017/2018	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0020 от 10.02.2017г.	С «10» февраля 2017г. по «10» ноября 2017г.
2017/2018	ЭБД РГБ Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки. Договор №095/04/0191 от 10.11.2017г.	С «10» ноября 2017г. по «10» июня 2018г.
2017/2018	Web of Science» (WOS) Авторитетная политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая база данных. Компания Thomson Reuters Сублицензионный договор №WoS/624от 01.11.2017г.	С «1» ноября 2017г. по «1» ноября 2018г.
2017/2018	Издательство «Elsevier. Наука и технологии» Контракт №20/ЭА-223 от 06.12.2016г; Договор № б/н от 16.02.18г.	С «6» декабря 2017г. по «6» декабря 2018г.
2017/2018	База данных Science Index (РИНЦ) Национальная информационно-аналитическая система ООО «НЭБ» Договор № SIO-741/2015 от 18.01.2016 г	С 18 января 2016 по 18 января 2017 г
2017/2018	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва)	С 14 ноября 2017 по 14 ноября 2018 г

	Договор №67СЛ/09-2017 от 14.11.2017г.	
2017/2018	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №2749/17 от 03.04.2017г.	С 3 апреля 2017г по 3 апреля 2018 г
2017/2018 2018/2019	Научная электронная библиотека (НЭБ РФФИ) Электронная библиотека научных публикаций	Бессрочно
2018/2019	Электронные версии полных текстов диссертаций и авторефератов из фонда Российской государственной библиотеки Договор №095/04/0104 от 04.07.18	С «4» июля 2018г. по «4» июля 2019 г.
2018/2019	ЭБС «Консультант студента» Учебники, учебные пособия, по всем областям знаний для ВО и СПО, а также монографии и научная периодика, ООО «Политехресурс» (г. Москва) Договор №122СЛ/09-2018 от 17.09.2018г.	С 17 сентября 2017 по 17 сентября 2018 г
2018/2019	ЭБС «АйПиЭрбукс» 107831 публикаций, в т.ч.: 19071 – учебных изданий, 6746 – научных изданий, 700 коллекций, 343 журнала ВАК, 2085 аудиоизданий. ООО «Ай Пи Эр Медиа» (г. Саратов) Лицензионный договор №3514/18 от 20.03.2018г.	С 20 марта 2017 г по 20 марта 2018 г
2018/2019	Международная система библиографических ссылок Crossref Цифровая идентификация объектов (DOI) НП «НЭИКОН» Договор №CRNA-714-18 от 07.03.2018г.	С 7 марта 2017 г по 7 марта 2018 г

7.1. Основная литература

1. Губа В.П. Основы спортивной подготовки: методы, оценки и прогнозирования. - М., ФиС, 2012.
2. Железняк Ю.Д. (1-ое) Методика обучения ФК /под редакцией Железняк Ю.Д./ 2013. - Москва «Академия».
3. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства. Москва «Академия», 2012.
4. Иорданская Ф.А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов – резерва спорта высших достижений. - М., ФиС. - 2011.
5. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта. (1-ое изд.). Изд. «Академия», Москва.2012.

7.2. Дополнительная литература

1. Теория и методика физического воспитания. / Ашмарин Б.А., Виноградов Ю.А., Вяткина З.Н., под ред. Ашмарина Б.А. – М.: Просвещение, 2000. – 287 с.
2. Бальсевич В.К. Методологические принципы исследований по проблеме отбора и спортивной ориентации // Теория и практика физической культуры, 2006. – № 1. – с. 33-31

3. Вайцеховский С.М. Книга тренера. – М.: ФиС, 2007. – 312 с.
4. Годик М.А. Спортивная метрология: Учебник для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 2008. – 192 с.
5. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. М.: Советский спорт, 2012.
6. Основы теории и методики физической культуры./ под ред. Гужаловского А.А. – М.: ФиС, 2000. – 352 с.
7. Козлов В.И., Гладышева А.А. Основы спортивной морфологии. – М.: ФиС, 2007. – 103 с.
8. Леонтьев А.Н. О формировании способностей // Вопросы психологии. – 2000. - № 1 с. 7-16
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: ФиС, 2001. – 542 с.
10. Матвеев Л.П. Основы общей теории и системы подготовки спортсменов. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 384 с.
11. Психология / под ред. Мельникова В.М. – М.: ФиС, 1987. – 367 с.
12. Мотылянская Р.Е. Возрастные проблемы спортивной медицины //Теория и практика физической культуры. – 1975. - № 5. – с. 35-38
13. Платонов К.К. Проблема способностей. – М.: Наука, 2002. – 321 с.
14. Розин Е.Ю. Об основах тестирования в спортивном отборе // Теория и практика физической культуры. 2004. – № 1. – с. 30-34
15. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 2000. – 255 с.
16. Фомин Н.А., Филин В.П. На пути к спортивному совершенствованию. – М.: ФиС, 2008. – 255 с.
17. Теория и методика физического воспитания том 1/ Под ред. Т. Ю. Крুцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

7.3. Периодические издания

1. //Теория и практика физической культуры. / Научно-теоретический журнал за 1990-2017 гг.
2. //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. / Научно-методический журнал за 1990-2016 гг. Электронный ресурс. Режим доступа: <http://www.infosport.ru/press>

7.4. Интернет-ресурсы

1. <http://www.Knigafund.ru>
2. <http://www.ffk2009.nnover.ru>
3. <http://www.bookseller.ru>
4. <http://www.psbatishev.narod.ru>
5. <http://www.fizkult-ura.ru>
6. <http://www.lib.herzen.spb.ru>
7. <http://www.elibrary.ru/defaultx.asp>
8. <http://www.gumer.info/>

7.5. Методические указания по проведению различных учебных занятий, к курсовому проектированию и другим видам самостоятельной работы

Основными методами обучения дисциплине является изложение материалов (метод слова и наглядный метод) при проведении практических занятий. Преподавание дисциплины осуществляется в урочной и внеурочной формами обучения. Урочная форма проводится в рамках учебного расписания в соответствии с планом и графиком прохождения учебного процесса. Самостоятельная работа студентов организуется во внеурочное время.

Практика должна стать главным звеном дидактического цикла обучения с основной целью - формирование у студентов умений и навыков для последующего усвоения материала методом самостоятельной работы и оценкой уровня знаний и умений на практических занятиях. Содержание практических занятий должно быть составлено таким образом, чтобы изложение материала шло от простого к сложному, от известного к неизвестному. При подготовке к практическим занятиям необходимо предусмотреть возможность проблемного изложения, диалога с целью активизации деятельности студентов.

Преподаватель, ведущий практические курсы в вузе, должен знать существующие в педагогической науке и используемые на практике принципы и методы обучения их дидактические и воспитывающие возможности, а также их методическое место в структуре процесса обучения.

При проведении практических занятий преподаватель должен использовать наглядные средства изучения учебного материала: наглядный и интерактивные материалы и т.д.

Практические занятия предусматривают практическое освоение учебного материала; приобретение навыков практического применения теоретических знаний, а также самостоятельное расширенное и творческое воспроизведение студентами основных методов и способов формирования учебных, профессиональных и жизненных умений и навыков. В качестве форм методико-практической подготовки могут использоваться ролевые, имитационные, проблемные ситуации, тематические задания для самостоятельного выполнения, в процессе которых выявляется степень готовности студентов к практическому овладению определенной методикой.

При проведении практических занятий рекомендуется придерживаться следующей примерной схемы:

- в соответствии с планируемой темой занятия преподаватель заблаговременно выдает студентам задание по ознакомлению с рекомендуемой литературой и необходимые указания к ее освоению;
- студенты практически при взаимоконтроле воспроизводят тематические задания под наблюдением преподавателя;
- под руководством преподавателя обсуждается, и анализируются итоги выполнения задания, студентам выдаются индивидуальные рекомендации по

практическому разделу самосовершенствованию тематических действий, приемов, способов.

Подбор материала на практических занятиях должен предусматривать знание ранее изученного теоретического материала и самостоятельного выполнения задания преподавателя. На занятиях могут использоваться тренажеры и компьютерно-тренажерные системы.

Преподаватель на протяжении всего курса обучения должен проводить консультации студентам по вопросам, вызывающим затруднения в понимании.

На контрольных занятиях студенты выполняют специально разработанные преподавателем контрольные нормативы по физической, технической и тактической подготовленности, которые включены в определенные разделы учебного материала. Контрольные занятия помогают выявить уровень подготовленности студентов по конкретному разделу программы (параметры физической, технической и тактической).

Методические указания к курсовой работе (курсовому проектированию) и другим видам самостоятельной работы

Одной из форм научно-исследовательской работы студентов является написание курсовой работы. Выполнение этих работ предусмотрено ФГОС ВО по направлению 44.03.01. - Педагогическое образование (бакалавриат).

Написанию курсовой работы предшествует выбор темы и научного руководителя, что имеет исключительно большое значение. Практика показывает, что правильно выбрать тему и (если возможно) научного руководителя – значит наполовину обеспечить ее успешность.

- Контроль курсовых работ

Курсовая работа – вид учебной работы по изучаемой дисциплине (модулю), предусмотренный рабочим учебным планом и выполняемый студентом самостоятельно под руководством преподавателя.

Примерная тематика курсовых работ

1. Виды и стадии формирования адаптационных реакций организма человека.

2. Предмет и задачи спортивной тренировки.

3. Структура процесса обучения двигательным действиям.

4. Характеристика процесса обучения двигательным действиям.

5. Влияние физической нагрузки на состояние физической подготовленности занимающихся.

6. Современные представления о классификации методов, применяемых в спортивной тренировке.

7. Характеристика методов, применяемых в спортивной тренировке.

8. Характеристика понятия «нагрузка», способы ее регулирования в тренировочном процессе.

9. Принципы спортивной тренировки.

10. Характеристика понятия «физическая подготовленность», ее функции, место в системе спортивной тренировки.

Требования к структуре: курсовая работа (проект) должна содержать следующие структурные элементы:

1. Титульный лист (см. *Образец*).
 2. Содержание (оглавление) (см. *Образец*).
 3. Введение (актуальность, цель, объект, предмет, задачи, гипотеза исследования).
 4. Основная часть: Глава 1. Теоретическое обоснование проблемы
Глава 2. Методы и организация исследования
 5. Заключение с выводами.
 6. Список литературы (не менее 15 источников).
 7. Приложения (если они имеются).
- Объем курсовой работы на 4 курсе (7 семестр) – 25-35 стр.

Требования к содержанию работы:

ГЛАВА 1 представляет собой теоретическое исследование, которое проводится в форме логических операций (анализа и синтеза, индукции и дедукции, обобщения и абстрагирования, аналогии, моделирования, системного подхода и др.) из литературных и документальных источников.

Анализ литературных источников по теме исследования и является самостоятельным разделом настоящей работы. Из работы должно быть ясно, где студент заимствует положения авторов, а где высказывает собственные суждения. Критический анализ должен помочь сформулировать цель работы.

Изучая литературные источники, нужно следить за оформлением выписок, чтобы в дальнейшем было легко ими воспользоваться.

ГЛАВА 2. - подробно раскрываются конкретные методы исследования и организация исследования. Основную группу в курсовой работе составляют типичные для физического воспитания и спорта методы теоретического анализа и обобщения с целью обеспечить получение объективного и достоверного научного материала. Студенту необходимо ясно себе представить все то, что имеет отношение к изучаемой проблеме: ее постановку, историю, степень разработанности, применяемые методы исследования и т.п.

Методические рекомендации по подготовке и процедуре осуществления контроля выполнения (в соответствии с Положением о курсовой работе (2017)):

1. Техническое оформление курсовой работы должно соответствовать требованиям, предъявляемым к печатным работам: работа должна быть написана грамотно в научном, орфографическом и стилистическом отношении. Рекомендуемый объем курсовой работы составляет, как правило, 25-35 страниц стандартного текста. В случае необходимости, обусловленной спецификой учебной дисциплины или специальности (направления подготовки), допускаются отклонения от рекомендуемого объема и решение об этом оформляется протоколом заседания Учёного совета факультета (института).

2. Текст курсовой работы должен быть не менее 25 и не более 40 страниц, формата А4, напечатанных на компьютере в текстовом редакторе Microsoft Word (шрифт – Times New Roman, кегль – 14 пунктов, полуторный

интервал, выравнивание текста по ширине, отступ сверху 2 см, снизу – 2,5 см, слева – 3 см, справа – 1,5 см).

Каждый раздел (глава) начинаются с нового листа. Каждый параграф (подзаголовок) отделяются от текста двумя интервалами.

3. Все страницы курсовой работы (проекта), включая иллюстрации и приложения, нумеруются по порядку от титульного листа до последней страницы без пропусков, повторений (по центру). Первой страницей является титульный лист, оформленный в соответствии с образцом, номер страницы на нём не ставится.

За титульным листом следует страница с указанием оглавления работы в соответствии с её планом и рубрикацией в тексте. (см. *Образец*).

4. Иллюстрации (кроме таблиц) обозначаются словом «Рис.» и нумеруются последовательно арабскими цифрами в пределах раздела (главы).

Номер рисунков, схем, графиков должен состоять из номера раздела (главы) и порядкового номера иллюстрации, разделенного точкой, например: Рис. 2.1. (первый рисунок второго раздела).

5. Таблицы нумеруют последовательно арабскими цифрами в пределах раздела (главы). Каждой таблице предшествует заголовок таблицы, который помещается перед таблицей с выравниванием по центру текста. Заголовок начинается со слова «Таблица» с указанием номера этой таблицы, состоящего из номера раздела и порядкового номера таблицы, далее следует текстовая часть заголовка, например: *Таблица 2.3 Соотношение когнитивных матриц*

Ссылка на таблицу по ходу текста выполняется так: в табл. 2.3. приводятся данные о ..., при повторной ссылке - см. табл. 2.3. Примечание к таблице размещается непосредственно под ней.

6. При написании курсовой работы (проекта) её автор обязан давать ссылки на автора и источник, откуда он заимствовал материалы или отдельные результаты.

7. В зависимости от назначения ссылки на источники и на литературу могут быть трёх видов: ссылки на цитируемые источники и литературу; ссылки на упоминаемые источники и литературу без их цитирования; рекомендуемые, когда автор отсылает читателя к тем источникам в которых с большей полнотой раскрываются определённые положения или факты.

8. В конце текста работы приводится библиографический список, который включает в себя библиографическое описание всех публикаций, ссылки на которые имеются в тексте работы.

Включение в библиографический список библиографического описания публикаций, на которых нет ссылок в тексте работы, не допускается.

Библиографический список оформляется в соответствии с действующим ГОСТом, устанавливающим правила библиографического описания. Библиографический список рекомендуется располагать в алфавитном порядке, отдельно в русском и латинском алфавите.

Критерии оценивания:

1) Законченная курсовая работа за неделю до защиты представлена студентом руководителю, который решает вопрос о допуске студента к ее

защите. В противном случае студент (не защитил по неуважительной причине) считается имеющим академическую задолженность

2) Результаты защиты курсовой работы оцениваются дифференцированной отметкой («отлично», «хорошо», «удовлетворительно»).

В соответствии с «Положением о балльно-рейтинговой системе оценки успеваемости студентов КБГУ» максимальная сумма в 100 баллов по курсовой работе распределяется следующим образом:

- допуск – от 36 до 61 балла;
- защита курсовой работы - от 15 до 30 баллов.

**КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. Х.М. БЕРБЕКОВА**

Кафедра теории и технологии физической культуры и спорта

КУРСОВАЯ РАБОТА

Развитие координационных способностей у футболистов 12-13 лет

Исполнитель:
студент III курса
Института ППиФСО
направление 44.03.01
Педагогическое
образование
(Физическая
культура)

(ФИО)

Научный руководитель:
к.п.н., доцент

(ФИО)

Защищена _____
(дата)

на оценку _____

Нальчик 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ	
1.1. Понятие «координационные способности».....	6
1.2. Виды координационных способностей.....	8
1.3. Методы развития и оценки координационных способностей.....	11
1.4. Возрастные особенности двигательной координации	15
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	
2.1. Методы исследования.....	19
2.2. Организация исследования.....	22
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	27
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	28
Приложения.....	30

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля):

- использование спортивных объектов (футбольное поле стадиона КБГУ, игрового и тренажерного зала ФСК) в целях подготовки студентов на практических занятиях по дисциплине;

- использование учебной и научной литературы библиотечного фонда КБГУ;

- класс с интерактивной доской для демонстрации видеофильмов по закреплению представлений по технической, тактической и психологической подготовке студентов, организации анализа и разбора различных игровых фрагментов и соревнований.

Основные документы и источники информации

- Государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования для данного направления подготовки (бакалавр).

- Примерная программа дисциплины, рекомендованная Министерством образования и науки для данного направления подготовки (бакалавр).

- Рабочая программа.

- Учебная литература (основная и дополнительная).

- Поурочные планы.

- Методические указания по проведению практических занятий (в том числе в интерактивной форме).

Аттестационные (контрольные) мероприятия

Вопросы (программы) для подготовки к зачету.

Вопросы к рейтинговым контрольным мероприятиям.

Тесты (перечень контрольных нормативов).

Вопросы (программы) для подготовки к экзамену.

Программное обеспечение современных информационно-коммуникационных технологий:

Компьютерные симуляции: закрепляющий материал по игровой деятельности в виде презентаций для демонстрации на интерактивной доске:

- методы комплексного контроля в процессе спортивной тренировки и их характеристика;

- моделирование тренировочной и соревновательной деятельности как элемент управления в подготовке спортсменов;

- характеристика метода «тестирование» и других измерительных процедур;

- схемы организации практического проведения мастер-класса и т.д.

Перечень программных продуктов (лицензионных и свободно распространяемых без лицензии), используемых при проведении различных видов занятий:

- Справочно-информационные системы «Консультант Плюс» и «Гарант».

- Продукты MICROSOFT

(Desktop Education ALNG LicSaPk OLVS Academic Edition Enterprise)

подписка (Open Value Subscription) № V 2123829

- Kaspersky Endpoint Security

Стандартный Russian Edition

№ лицензии 17E0-180427-050836-287-197

- AltLinux (Альт Образование 8)

№ AAA.0252.00

- Academic MathCAD License

- Продукты AUTODESK, архиватор 7z, файловый менеджер Far Manager, Adobe Reader, ZIP, PDF и др. (свободное распространение)

- Продукты MICROSOFT

(Desktop Education ALNG LicSaPk OLVS Academic Edition Enterprise)

подписка (Open Value Subscription) № V 2123829

- Kaspersky Endpoint Security

Стандартный Russian Edition

№ лицензии 17E0-180427-050836-287-197

- AltLinux (Альт Образование 8)

№ AAA.0252.00

- Продукты AUTODESK, архиватор 7z, файловый менеджер Far Manager, Adobe Reader, ZIP, PDF и др. (свободное распространение)

6. Лист изменений (дополнений)
в рабочей программе дисциплине (модуля)
«Профессиональное физкультурно-спортивное совершенствование» по
направлению подготовки 44.03.01 «Физическая культура» на 2018 - 2019
учебный год.

№	Элемент (пункт) РПД	Перечень вносимых изменений (дополнений)	Примечание

Обсуждена и рекомендована на заседании кафедры
теории и технологии физической культуры и спорта
протокол № _____ от «_____» _____ 2018 г.

Заведующий кафедрой _____ М.Н. Карданов
«_____» _____ 2018 г.