МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра теории и методики физической культуры и спорта

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП
_____ А.Б. Гогин
(подпись)

«22» февраля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины

МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В РАМКАХ ВФСК ГТО

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль) образовательной программы:	Физическая культура; Безопасность жизнедеятельности

Шуя

1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» являются формирование у студентов гражданской позиции по поддержанию уровня физической подготовки, обеспечивающего полноценную профессиональную деятельность и готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» является дисциплиной по выбору; относится к формируемой участниками образовательных отношений части блока дисциплин Б1, входит в предметно-методический модуль.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к освоению дисциплин: Обучение лиц с ОВЗ и особыми образовательными потребностями, Технологии воспитательных практик, Подвижные и спортивные игры с методикой преподавания, Лёгкая атлетика с методикой преподавания, Лыжный спорт с методикой преподавания, Плавание с методикой преподавания, Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование, Методика общей и специальной физической подготовки, Методика обучения физической культуре, Обеспечение комплексной безопасности учащихся и воспитанников, Туризм и спортивное ориентирование, Национальные и нетрадиционные виды спорта, Современные средства оценивания результатов обучения по физической культуре и безопасности жизнедеятельности, Основы военной службы и гражданской обороны, Научно-методическая деятельность в сфере физической культуры и спорта, Метрология в физической культуре и спорте, Методика судейства базовых видов спорта, Технологии спортивной тренировки, Тренажеры в физической культуре и спорте, Спортивные сооружения, Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий, Методика и организация семейного физического воспитания, Врачебно-педагогический контроль в физической культуре, Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Прохождению практик: Учебная практика, ознакомительная практика, по предметно-методическому модулю, Учебная практика, научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы), по предметно-методическому модулю, Производственная практика, технологическая (проектно-технологическая) практика, по предметно-методическому модулю, Производственная практика, ранняя преподавательская практика, по предметно-методическому модулю, Производственная практика, преподавательская практика, по предметно-методическому модулю, Производственная практика, научно-исследовательская работа, по предметно-методическому модулю, Производственная практика, педагогическая (комплексная) практика, по предметно-методическому модулю, Производственная практика, научно-исследовательская работа, по предметно-методическому модулю.

Студент, приступающий к изучению дисциплины, должен:

Знать:

– особенности системного и критического мышления; логические формы и процедуры; основы современных технологий сбора, обработки и представления информации;

– особенности проектного мышления; основные этапы проектирования, их последовательность и взаимосвязь;

– основные закономерности взаимодействия человека и общества; движущие силы и основные закономерности историко-культурного развития человека и общества; место человека в историческом процессе, политической организации общества; основные этапы и ключевые события истории России и всеобщей истории; важнейшие достижения

материальной и духовной культуры и системы ценностей, сформировавшиеся в ходе исторического развития;

– физиологические и социально-психологические основы физического развития личности и воспитания личности; основные понятия, формы и методы формирования физической культуры, культуры безопасности и здорового образа жизни в различных возрастных группах и при различных физиологических состояниях; санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно-воспитательного процесса; основополагающие факторы и принципы сохранения и укрепления здоровья личности; теоретические подходы к безопасной организации и проведению занятий физической культурой и спортом, формированию физических качеств и двигательных навыков; индивидуальные физические возможности при организации и проведении занятий физической культурой и спортом; роль и значение физической культуры и спорта в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности, укреплении здоровья и профилактике профессиональных заболеваний; санитарно-эпидемиологические нормы и правила обеспечения жизнедеятельности;

– основные опасности и характер их воздействия на человека и окружающую среду; правила безопасного поведения и методы защиты от опасных и чрезвычайных ситуаций в процессе жизнедеятельности;

– особенности психологических механизмов обучения и воспитания; основные механизмы и движущие силы процесса развития; законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; значение каждого возрастного этапа для развития психических и личностных достижений; закономерности образовательного процесса, развивающие функции обучения и воспитания, принципы обучения; требования ФГОС к результатам освоения, структуре, условиям реализации основных образовательных программ соответствующего уровня общего образования;

– современные средства оценивания учебной деятельности и учебных достижений обучающихся; важнейшие требования к осуществлению контроля результатов учебной деятельности обучающихся на уроке;

– закономерности физиологического и психического развития ребенка и особенности их проявления в образовательном процессе в разные возрастные периоды; общие закономерности роста и анатомо-физиологические особенности развития организма детей в разные возрастные периоды; основные направления и способы проектирования индивидуальных образовательных маршрутов;особые образовательные потребности обучающихся;

– способы взаимодействия с различными участниками образовательного процесса; особенности взаимодействия и сотрудничества с родителями (законными представителями) обучающихся; способы построения межличностных отношений в группах разного возраста; особенности социального партнерства в образовательной деятельности;

– современные проблемы теории и методики обучения и воспитания (с учётом предмета и уровня общего образования).

Уметь:

– анализировать источники информации с точки зрения временных и пространственных условий их возникновения; получать, обрабатывать и анализировать информацию из различных источников; аргументированно формировать собственное суждение и оценку информации; использовать современные информационно-коммуникационные технологии (включая пакеты прикладных программ, локальные и глобальные компьютерные сети) для сбора, обработки и анализа информации; читать и

представлять статистические данные в различных видах (таблицы, диаграммы, графики); создавать и редактировать простейшие графические изображения; осуществлять корректный подбор методов анализа, проводить обработку данных исследования и правильную интерпретацию результатов;

– выделять в поставленной цели основные смысловые и структурные компоненты; формулировать задачи на основе этапов получения промежуточных результатов; определять совокупность необходимых ресурсов для реализации каждой задачи; оценивать уровень и качество каждого ресурса, обеспечивающего выполнение определенной задачи; выявлять возможности преодоления рисков и ограничений с учетом имеющихся ресурсов и резервов; проектировать процесс решения каждой задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений;

– анализировать социокультурные различия в современном мире, опираясь на знание мировой и отечественной истории, основных философских и этических учений; аргументированно обсуждать и решать проблемы мировоззренческого, нравственного, общественного и личностного характера; конструктивно взаимодействовать с окружающими с учетом их социокультурных особенностей в целях успешного выполнения профессиональных задач и социальной интеграции; преобразовывать историческую информацию в историческое знание, осмысливать процессы, события и явления в России и мировом сообществе в их динамике и взаимосвязи, руководствуясь принципами научной объективности и историзма; выявлять существенные черты исторических процессов, явлений и событий; соотносить общие исторические процессы и отдельные факты; формировать и аргументированно отстаивать собственную позицию по различным проблемам истории;

– применять средства и методы физического воспитания для осуществления профессионально-личностного развития с целью физического самосовершенствования и ведения здорового образа; учитывать индивидуальные физические возможности для безопасной организации и проведения занятий физической культурой и спортом, с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;

– оценивать факторы риска и выстраивать алгоритм безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций; формировать у детей и подростков мотивацию к здоровому образу жизни и культуру безопасного поведения; выявлять признаки неотложных состояний;

- ставить различные виды учебных задач и организовывать их решение в соответствии с уровнем индивидуального познавательного и личностного развития детей; организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся; применять психолого-педагогические технологии для адресной работы с различными категориями обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями;

– учитывать результаты личностного и учебного роста обучающегося в ходе оценочной деятельности;

– эффективно взаимодействовать с различным контингентом обучающихся; организовывать безопасные и комфортные условия в построении учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей;

– взаимодействовать с различными участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ; видеть социальную значимость реализуемых образовательных программ;

– руководствоваться в профессиональной деятельности научными основами преподаваемого предмета (конкретизируются применительно к изучаемой учебной дисциплине); устанавливать содержательные, методологические и мировоззренческие связи предметной

области со смежными научными областями .

Владеть:

– навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений; навыками определения практических последствий предложенного решения задач; технологиями анализа и синтеза информации на основе системного подхода; основными методами математической обработки информации; методами математической статистики, используемыми при планировании, проведении и обработке результатов экспериментов в педагогике; методами и способами вычисления статистических характеристик распределения данных педагогических измерений;

– приемами декомпозиции цели, используя вариативные трактовки задач, конкретизирующих различные пути достижения поставленной цели; способами определения резервов, использование которых может компенсировать недостаток имеющихся ресурсов; навыками публичного представления результатов решения конкретной задачи проекта;

– методами критики исторических источников и систематизации историко-культурной информации; приемами критической оценки научной литературы; навыками осуществления сознательного выбора ценностных ориентиров и гражданской позиции;

– навыками применения основных форм и методов физического воспитания; навыками определения и учета состояния организма для определения величины физических нагрузок; навыками ориентации в информационном пространстве по вопросам поддержания должного уровня физической подготовки и ЗОЖ;

– методами формирования культуры безопасного и ответственного поведения;

– навыками сотрудничества, диалогического общения с детьми, родителями и педагогами, независимо от их возраста, опыта, социального положения, профессионального статуса и особенностей развития; приемами организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития;

– приемами мотивирующего оценивания и положительного подкрепления;

– способами индивидуализации процесса воспитания и обучения на уроке и в системе дополнительного образования;

– способами взаимодействия с различными субъектами образовательного процесса; приемами построения межличностных отношений на уроке;

– высокой мотивацией к выполнению профессиональной деятельности; умением выявлять и оценивать имеющиеся достоинства и недостатки профессиональной деятельности, делать обоснованные выводы.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

Категория УК	Код и наименование УК	Код и наименование индикатора достижения УК
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-7. Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения	УК-7.1. Понимает оздоровительное, образовательное и воспитательное значение физических упражнений на организм и личность занимающегося, основы организации физкультурно-спортивной деятельности. УК-7.2. Определяет личный уровень сформированности показателей физического развития и физической

	полноценной социальной и профессиональной деятельности	подготовленности. УК-7.3. Умеет отбирать и формировать комплексы физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья. УК-7.4. Демонстрирует применение комплексов избранных физических упражнений (средств избранного вида спорта, физкультурно-спортивной активности) в жизнедеятельности с учетом задач обучения и воспитания в области физической культуры личности.

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:
–

в) профессиональные компетенции (ПК) и индикаторы их достижения:

Код и наименование профессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Тип задач профессиональной деятельности: педагогический		
ПК-1. Способен реализовывать образовательные программы различных уровней в соответствии с современными методиками и технологиями, в том числе информационными, для обеспечения качества учебно-воспитательного процесса	ПК-1.1. Проектирует результаты обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, возрастными особенностями обучающихся, дидактическими задачами урока. ПК-1.2. Осуществляет отбор предметного содержания, методов, приемов и технологий, в том числе информационных, обучения, организационных форм учебных занятий, средств диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения. ПК-1.3. Формирует познавательную мотивацию обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности в рамках урочной и внеурочной деятельности.	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
ПК-2. Способен формировать развивающую образовательную среду для достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения средствами преподаваемых учебных предметов	ПК-2.1. Моделирует и проектирует образовательную среду для формирования результатов обучения, в том числе в предметных областях среднего образования «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности», в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения. ПК-2.2. Применяет принципы междисциплинарного подхода для достижения метапредметных и предметных результатов в предметных областях среднего образования «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности». ПК-2.3. Использует технологии личностного развития, знания в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности для достижения личностных результатов учащихся.	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»

ПК-6. Способен выделять структурные элементы, входящие в систему познания предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения), анализировать их в единстве содержания, формы и выполняемых функций	ПК-6.1. Выделяет и анализирует основные единицы структурных элементов, входящих в систему познания предметной области «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности». ПК-6.2. Выделяет и анализирует основные единицы структурных элементов в единстве содержания, формы и выполняемых функций ПК-6.3. Знает и умеет анализировать изменения, происходящие в системе познания предметной области «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности».	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
ПК-7. Способен определять собственную позицию относительно дискуссионных проблем предметной области (в соответствии с профилем и уровнем обучения)	ПК-7.1. Проявляет мировоззренческую рефлексию при анализе проблем и тенденций в области Физической культуры, Безопасности жизнедеятельности. ПК-7.2. Проявляет способность аргументированно, логически верно и ясно выражать свою позицию по обсуждаемым дискуссионным проблемам в сочетании с готовностью к конструктивному диалогу и толерантному восприятию иных точек зрения. ПК-7.3. Выделяет концептуальную основу дискуссий в области Физической культуры и Безопасности жизнедеятельности, соотносит с нею свои мировоззренческие установки, гражданскую позицию и социальную мотивацию.	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
Тип задач профессиональной деятельности: проектный		
ПК-4. Способен проектировать содержание образовательных программ и их элементов	ПК-4.1. Участвует в проектировании основных и дополнительных образовательных программ. ПК-4.2. Проектирует рабочие программы учебных предметов «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельности», план-конспект и /технологическую карту урока физической культуры и безопасности жизнедеятельности.	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)»
ПК-5. Способен проектировать индивидуальные образовательные маршруты обучающихся по преподаваемым учебным предметам	ПК-5.1. Разрабатывает индивидуально ориентированные учебные материалы по Физической культуре и Безопасности жизнедеятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, их особых образовательных потребностей. ПК-5.2. Проектирует и проводит индивидуальные и групповые занятия по Физической культуре и Безопасности жизнедеятельности для обучающихся с особыми образовательными потребностями и возможностями. ПК-5.3. Проектирует индивидуальные	Профессиональный стандарт 01.001 «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель,

	образовательные модели урочной (Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности) и внеурочной деятельности с ориентацией на достижение личностных результатов. ПК-5.4. Использует различные средства оценивания индивидуальных достижений обучающихся при изучении Физической культуры и Безопасности жизнедеятельности	учитель)»

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с формируемыми компетенциями

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

основные понятия, формы и методы формирования физической культуры, культуры безопасности и здорового образа жизни в различных возрастных группах и при различных физиологических состояниях; санитарно-гигиенические правила и нормы организации учебно-воспитательного процесса; теоретические подходы к безопасной организации и проведению занятий физической культурой и спортом, формированию физических качеств и двигательных навыков; индивидуальные физические возможности при организации и проведении занятий физической культурой и спортом; роль и значение физической культуры и спорта в обеспечении полноценной социальной и профессиональной деятельности, укреплении здоровья и профилактике профессиональных заболеваний; правовые и организационные нормы поддержания нормативного уровня физической подготовленности (УК-7 (индикаторы -1,2,3,4);

требования образовательных стандартов общего образования к результатам обучения, в том числе в предметной области; типы и формы уроков, методы, приемы, средства и технологии обучения предмету, принципы их отбора для изучения конкретного учебного материала; цели, содержание, принципы, методы, технологии и формы работы по формированию познавательной мотивации обучающихся к изучаемому предмету в рамках урочной и внеурочной деятельности (ПК-1 (индикаторы 1,2,3);

методики и технологии формирования образовательной среды школы в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения (ПК-2 индикаторы 1,2,3);

содержание примерных основных образовательных программ; нормативно-правовые документы и методические материалы, на основе которых проектируются рабочие программы учебных предметов, в том числе программы внеурочной деятельности по предмету (дополнительные программы) (ПК-4 (индикаторы 1,2);

средства оценивания индивидуальных достижений обучающихся (ПК-5 индикаторы 1,2,3,4);

основные закономерности, физического развития, воспитания и физкультурного образования детей и взрослого населения; методику проведения урока по физической культуре, урока безопасности жизнедеятельности с учетом исторически сложившегося понимания целесообразности их структуры (ПК-6 (индикаторы 1,2,3).

Уметь: применять средства и методы физического воспитания для осуществления профессионально-личностного развития с целью физического самосовершенствования и ведения здорового образа; выбирать и применять знания и здоровьесберегающие технологии в области физической культуры для сохранения здоровья, поддержания должного уровня физической готовности в социальной, профессиональной деятельности и в быту; учитывать индивидуальные физические возможности для безопасной организации и проведения

занятий физической культурой и спортом, с целью обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; применять меры профилактики травматизма в быту и профессиональной деятельности (УК-7 (индикаторы -1,2,3,4);

отбирать предметное содержание, методы, приёмы, технологии, организационные формы обучения, средства диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения; проводить в рамках урочной и внеурочной деятельности работу по формированию познавательной мотивации обучающихся к физической культуре и безопасности жизнедеятельности (ПК-1 (индикаторы 1,2,3);

формировать предметную образовательную среду с учётом планируемых личностных, предметных и метапредметных результатов обучения; использовать технологии личностного развития обучающихся средствами преподаваемых учебных предметов (ПК-2 индикаторы 1,2,3);

использовать нормативно-правовые документы и методические материалы для проектирования рабочих программ учебных предметов, в том числе программ внеурочной деятельности; проектировать план-конспект / технологическую карту урока (ПК-4 (индикаторы 1,2);

проектировать индивидуальные образовательные модели урочной и внеурочной деятельности с ориентацией на достижение личностных результатов (ПК-5 индикаторы 1,2,3,4);

использовать различные средства для решения задач обучения в предметных областях «Физическая культура» и «Безопасность жизнедеятельность»; анализировать методику проведения урока по физической культуре, урока безопасности жизнедеятельности с целью определения ее эффективности в решении поставленных задач (ПК-6 (индикаторы 1,2,3).

использовать методы и средства сбора информации о высказываемых мнениях и точках зрения (ПК-7 (индикаторы 1,2,3).

Владеть: навыками применения основных форм и методов физического воспитания; системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств обучающихся (с выполнением установленных нормативов по общей физической и спортивно-технической подготовке); навыками определения и учета состояния организма для определения величины физических нагрузок; системой умений, направленных на формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой, ведению ЗОЖ и отказа от вредных привычек; навыками ориентации в информационном пространстве по вопросам поддержания должного уровня физической подготовки и ЗОЖ (УК-7 (индикаторы 1,2,3,4);

навыками использования образовательного потенциала социокультурной среды в учебной и внеурочной деятельности (ПК-1 (индикаторы 1,2,3);

принципами организации образовательной среды и разработки развивающих образовательных программ (ПК-2 (индикаторы 1,2,3);

содержанием примерных основных образовательных программ; технологией проектирования рабочих программ учебных предметов, конспектов/технологических карт уроков разных типов, видов и форм (ПК-4 (индикаторы 1,2);

технологиями проектирования и проведения индивидуальных и групповых занятий для учащихся с особыми образовательными потребностями и возможностями; средствами оценивания индивидуальных достижений обучающихся (ПК-5 (индикаторы 1,2,3,4);

технологиями оценивания уровня учебных достижений обучающихся в предметных областях «Физическая культура» (ПК-6(индикаторы 1,2,3);

методами анализа современного состояния теории и практики в области физической культуры и безопасности жизнедеятельности; точкой зрения на актуальные вопросы в сфере физической культуры и безопасности жизнедеятельности человека (ПК-7 (индикаторы 1,2,3).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы (54 час.)

Контактная работа 24,25 час.

Самостоятельная работа 29,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	1 курс, 2 семестр	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	12	29,75
Практические занятия	12	
Зачет	0,25	-
Всего	24,25	29,75

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Курс	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1.	ВФСК ГТО – история и современность	1	1,5		1,5	4	Опрос, тест
2.	Обеспечение условий по подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО	1	1,5		1,5	4	опрос, тест
3.	Нормативно-правовые акты, регулирующие внедрение ВФСК ГТО	1	1,5		1,5	4	Опрос, тест
4.	Организация работа по подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в различных организациях	1	1,5		1,5	4	Контрольная работа, тест

5.	Центры тестирования населения и их роль в подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО	1	1,5		1,5	4	опрос, тест
6.	Структура и содержание тестов в структуре 1-11 ступеней комплекса ГТО	1	1,5		1,5	4	опрос, тест
7.	Методика физической подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО различных групп населения	1	3		3	5,75	опрос, тест
ИТОГО			12		12	29,75	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема 1. ВФСК ГТО – история и современность

Исторические вехи становления нормативного комплекса ГТО в СССР. Цель и задачи комплекса ГТО. Ступени комплекса ГТО, содержание тестов комплекса ГТО на этапе становления и развития. Причины отказа от программно-нормативного комплекса и его возрождения в современной истории развития системы физического воспитания в России. ВФСК ГТО и система физического воспитания в России.

Тема 2. Обеспечение условий по подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Кадровое, материально-техническое и финансовое обеспечение комплекса ГТО. Методическое и информационное обеспечение комплекса ГТО. Обеспечение условий взаимодействия между органами исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, органами местного самоуправления, общественными организациями при организации работы по подготовке населения.

Тема 3. Нормативно-правовые акты, регулирующие внедрение ВФСК ГТО

Нормативно-правовое обеспечение комплекса ГТО.

Об утверждении положения о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 № 540.

О внесении изменений в положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "готов к труду и обороне" (ГТО) от 26.01.2017 № 79.

Постановление о внесении изменений в положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (ГТО) от 30.12.2015 № 1508.

Положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (ГТО) - версия с изменениями из постановления № 1508 от 30.12.2015.

О внесении изменений в государственную программу российской федерации «развитие физической культуры и спорта» от 16.08.2014 № 821.

Распоряжение правительства рф «о комплексе мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) на 2015 — 2017 годы» от 20.02.2015 № 01-вх-2827.

Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от 30.06.2014 № 1165-р.

Изменения, которые вносятся в план мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от 24.11.2015 № 2389-р.

О внесении изменений в государственную программу российской федерации "Развитие физической культуры и спорта" №179 от 10.03.2016.

Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний(тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "готов к труду и обороне"(ГТО)№54 от 28.01.2016

Тема 4. Организация работа по подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в различных организациях.

В системе органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и местного самоуправления 2.2. В учреждениях системы начального, среднего, средне-специального и высшего профессионального образования 2.3. В организациях и учреждениях, в отношении лиц, осуществляющих трудовую деятельность 2.4. С лицами, подлежащими призыву на военную службу, в системе организаций ДОСААФ

Тема 5. Центры тестирования населения и их роль в подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Рекомендации по созданию и организации деятельности Центров тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО. Организация и проведение пропагандистской и информационной работы по привлечению населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Тема 6. Структура, содержание тестов в структуре 1-11 ступеней комплекса ГТО и мероприятия по выполнению нормативов.

Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от 8.07.2014 № 575.

О внесении изменений в приказ министерства спорта российской федерации от 08.07.2014 г. № 575 «об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса „готов к труду и обороне“ (ГТО)» от 16.11.2015 № 1045.

О внесении изменений в приказ министерства спорта российской федерации от 08.07.2014 г. № 575 «об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от 15.12.2016 № 1283.

Об утверждении методических рекомендаций по организации физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "готов к труду и обороне" (ГТО) от 12.05.2016 № 516.

Тема 7. Методика физической подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО различных групп населения.

Методика подготовки дошкольников и младших школьников к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 1 ступень — нормы ГТО для школьников 6-8 лет; 2 ступень — нормы ГТО для школьников 9-10 лет; 3 ступень — нормы ГТО для школьников 11-12 лет; 4 ступень — нормы ГТО для школьников 13-15 лет; 5 ступень — нормы ГТО для школьников 16-17 лет; 6 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 18-29 лет; 7 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 30-39 лет; 8 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 40-49 лет; 9 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 50-59 лет; 10 ступень — нормы ГТО для

мужчин и женщин 60-69 лет; 11 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 70 лет и старше.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

В процессе изучения дисциплины предусматривается использование следующих образовательных технологий, методов обучения и инновационных форм учебных занятий: технологии проблемного обучения, технологий развития критического мышления, технологии коллективного способа обучения, рейтинговой технологии, интерактивных занятий.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации.

- Для подготовки докладов, выполнения индивидуальных заданий студенты используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Университетская книга» (Режим доступа: www.biblioclub.ru), ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт».
- http:// http://www.rucont.ru/ Электронная библиотека Шуйского филиала ИвГУ.

При этом используются разнообразные технические устройства и программное обеспечение, информационные и коммуникационные технологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине осуществляется в форме выполнения практико-ориентированных заданий по темам.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к настоящей программе. Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ, в том числе через ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт».

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

Для текущего контроля успеваемости студентов по дисциплине «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» используются следующие оценочные средства:

- бланковое тестирование,
- выполнение нормативов комплекса ВФСК ГТО (по своей ступени),
- проведение занятия по физической подготовке (в соответствии с требованиями одной и 11 ступеней ВФСК ГТО)

Используется рейтинговая система оценивания

Правила рейтинговой системы оценивания результатов обучения студентов по дисциплине «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО»

Вид работы	**Количество баллов**
Текущая работа:	**0-25**
Устный ответ	0-5
Домашнее задание (подготовка конспекта по физической подготовке)	0-5
Проведение практического занятия по физической подготовке для лиц,	0-5

отнесенных к одной из ступеней компекса ГТО	
Выполнение норм комплекса ГТО	0-5
Активность на занятиях (дополнения,уточнения,исправления устного ответа товарища)	0-5
Текущий контроль 1 (тестирование)	**0-5**
Текущая работа:	**0-25**
Устный ответ	0-5
Домашнее задание (подготовка конспекта по физической подготовке)	0-5
Проведение практического занятия по физической подготовке для лиц, отнесенных к одной из ступеней компекса ГТО	0-5
Выполнение норм комплекса ГТО	0-5
Активность на занятиях (дополнения,уточнения,исправления устного ответа товарища)	0-5
Текущий контроль 2 (тестирование)	**0-5**
Выполнение семестрового плана самостоятельной работы	**30**
Посещаемость	**0-10**
Промежуточный контроль (зачет)	**0-30**
Итого	**0-100**
Премиальные баллы:	
Участие в соревнованиях комплекса ГТО	0-5
Выступление на конференциях	0-5
Участие в конкурсах научных работ	0-5
Штрафы	
Нарушение сроков сдачи работ	минус 0,5-5
Отказ от ответа	минус 0,5-2
Рейтинговая оценка по дисциплине	**максимум 100 баллов**

Бланковый тест по дисциплине «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» состоит из 30 заданий-вопросов. К каждому заданию дается 4 ответа, из которых один является правильным.

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций (обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения образовательной программы) проверяется теоретическим тестированием для текущего контроля, позволяющими формировать базовые компоненты проверяемых компетенций

Критерии оценки:

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения текущего контроля – 54% правильных ответов. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 3 балла выставляется студенту, если он верно отвечает на 16 - 19 вопросов, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на пороговом уровне. Если студент набирает количество ответов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются не сформированными - 2 балла в общую сумму рейтинговой оценки не входят, если он отвечает менее чем на 16 вопросов, таким образом, он не проявляет сформированность основных компонент компетенций на пороговом уровне.

Базовый уровень сформированности контролируемых компетенций (превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза) проверяется теоретическим тестированием для текущего контроля, позволяющими формировать отдельные части или компетенций в целом.

Критерии оценки:

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения текущего контроля – 67% правильных ответов. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 4 балла выставляется студенту, если он, верно отвечает на 20 - 26 вопросов, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на базовом уровне.

Если студент набирает количество ответов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются сформированными на пороговом уровне, ниже 54 – не сформированными.

Повышенный уровень сформированности контролируемых компетенций (максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования) проверяется теоретическими заданиями для текущего контроля, позволяющими формировать компетенции в целом.

Критерии оценки:

От общего числа вопросов в тесте высчитывается процент правильных ответов. Минимальное значение для успешного прохождения текущего контроля – 90% правильных ответов. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 5 баллов, если он правильно отвечает на 27 - 30 вопросов теста, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на повышенном уровне.

Если студент набирает количество ответов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются сформированными на базовом уровне, ниже 67 – на пороговом, ниже 54 - не сформированными.

Выполнение нормативов комплекса ВФСК ГТО (по своей ступени)

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций (обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения образовательной программы) проверяется тестированием физической подготовленности для текущего контроля, позволяющими формировать базовые компоненты проверяемых компетенций в соответствии с требованиями ВФСК ГТО

Критерии оценки:

Выполнение нормативов на «бронзовый знак» ВФСК ГТО своей ступени, означает, что он проявляет сформированность основных компонент компетенций на пороговом уровне. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 3 балла. Если студент показывает результаты ниже указанного в нормативных требованиях к физической подготовленности, то проверяемые компетенции считаются не сформированными.

Базовый уровень сформированности контролируемых компетенций (превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза) проверяется тестированием физической подготовленности для текущего контроля, позволяющими формировать отдельные части или компетенций в целом.

Критерии оценки:

Выполнение нормативов на «серебряный знак» ВФСК ГТО своей ступени, означает, что он проявляет сформированность основных компонент компетенций на базовом уровне. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 4 балла, таким образом, он

проявляет сформированность основных компонент компетенций на базовом уровне.

Если студент показывает результаты ниже указанного в нормативных требованиях к физической подготовленности («серебряного знака»), то проверяемые компетенции считаются сформированными на пороговом уровне, ниже «бронзового знака» – не сформированными.

Повышенный уровень сформированности контролируемых компетенций (максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования) проверяется практическим выполнением норм комплекса ГТО для текущего контроля, позволяющими формировать компетенции в целом.

Критерии оценки:

Выполнение нормативов на «золотой знак» ВФСК ГТО своей ступени, означает, что он проявляет сформированность основных компонент компетенций на повышенном уровне. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 5 баллов, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на повышенном уровне.

Если студент выполняет нормативы ниже указанного в таблице норм комплекса ГТО «золотого знака», то проверяемые компетенции считаются сформированными на базовом уровне, ниже норм «серебряного знака» – на пороговом, ниже «бронзового» - не сформированными.

Проведение занятия по физической подготовке (в соответствии с требованиями одной и 11 ступеней ВФСК ГТО)

Для оценки сформированности компетенций в ходе текущего контроля студентам предлагается провести практическое занятие (25-30 мин.) с группой студентов, моделирующее условия организации и проведения тренировочного занятия для лиц разного возраста в соответствии со ступенью и требованиями к выполнению норм комплекса ВФСК ГТО (предложенные преподавателем от 1 ступени до 11).

Студент готовит конспект занятия по развитию физических качеств и совершенствованию двигательных умений им навыков, которые необходимы для выполнения норм комплекса ГТО в той или иной ступени и проводит занятие.

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций (обязательный для всех студентов-выпускников вуза по завершении освоения образовательной программы) проверяется теоретическим тестированием для текущего контроля, позволяющими формировать базовые компоненты проверяемых компетенций

Критерии оценки:

Содержание конспекта соответствует основным требованиям к документам данного рода. Определены основные физические качества, необходимые для подготовки и выполнения норм комплекса ГТО (указанной ступени). В основном, верно подобраны средства (упражнения для их развития), предложены методические замечания. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 3 балла, если он подготовил конспект и в целом верно провел занятие, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на пороговом уровне. Если студент набирает количество баллов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются не сформированными - 2 балла в общую сумму рейтинговой оценки не входят, таким образом, он не проявляет сформированность основных компонент компетенций на пороговом уровне.

Базовый уровень сформированности контролируемых компетенций (превышение минимальных характеристик сформированности компетенции для выпускника вуза)

проверяется теоретическим тестированием для текущего контроля, позволяющими формировать отдельные части или компетенций в целом.

Критерии оценки:

Содержание конспекта соответствует основным требованиям к документам данного рода. Определены все физические качества и двигательные навыки, необходимые для подготовки лиц и выполнения ими норм комплекса ГТО (указанной ступени). Верно подобраны и поставлены частные задачи к большинству формируемых двигательных действий, средства (упражнения для их развития), предложены методические замечания, указана дозировка по выполнению упражнений. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 4 балла, если он подготовил конспект и грамотно построил и провел занятие, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на базовом уровне. Если студент набирает количество баллов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются сформированными на пороговом уровне (3 балла), если ниже - 2 балла в общую сумму рейтинговой оценки не входят, таким образом, он не проявляет сформированность основных компонент компетенций на базовом уровне.

Повышенный уровень сформированности контролируемых компетенций (максимально возможная выраженность компетенции, важен как качественный ориентир для самосовершенствования) проверяется теоретическими заданиями для текущего контроля, позволяющими формировать компетенции в целом.

Критерии оценки:

Содержание конспекта соответствует всем требованиям к документам данного рода. Определены все физические качества и двигательные навыки, необходимые для подготовки лиц и выполнения ими норм комплекса ГТО (указанной ступени). Верно подобраны и поставлены частные задачи к каждому формируемому двигательному действию, разнообразные средства (упражнения для их развития), предложены методические замечания, указана дозировка по выполнению упражнений. При рейтинговой системе оценивания студенту выставляется 5баллов, если он подготовил конспект, грамотно построил и провел занятие на высоком эмоциональном уровне, использовал различные формы организации группы, индивидуальный и дифференцированный подход, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на повышенном уровне. Если студент набирает количество баллов ниже указанного, то проверяемые компетенции считаются сформированными на базовом уровне (4 балла), если ниже – пороговом (3 балла), ниже -(ниже порогового - 2 балла в общую сумму рейтинговой оценки не входят, таким образом), он не проявляет сформированность основных компонент компетенций на повышенном уровне.

Теоретическая аттестация в процессе текущего контроля знаний

Теоретическая подготовленность предполагает:

- ✓ знание программно-нормативных документов ВФСК ГТО;
- ✓ научно-теоретических основ физической подготовки в рамках ВФСК ГТО;
- ✓ знание техники видов контрольных испытаний;
- ✓ знание подготовительных и специальных упражнений, используемых в обучении и тренировке;
- ✓ знание основ методики обучения двигательным действиям в рамках ВФСК ГТО;
- ✓ знание основ методики физической подготовки.

Критерии оценивания компетенций (результатов):

Качество знаний по каждому вопросу оценивается в 5-ти бальной системе по следующим критериям;

- правильность и осознанность изложения содержания ответа на вопросы, полнота раскрытия понятий и закономерностей, точность употребления и трактовки общенаучных и специальных терминов;
- степень сформированности интеллектуальных и научных способностей экзаменуемого;
- самостоятельность ответа;
- речевая грамотность и логическая последовательность ответа.

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
• полно раскрыто содержание вопросов в объеме программы и рекомендованной литературы; • четко и правильно даны определения и раскрыто содержание концептуальных понятий, закономерностей, корректно использованы научные термины; • для доказательства использованы различные теоретические знания, выводы из наблюдений и опытов; • ответ самостоятельный, исчерпывающий, без наводящих дополнительных вопросов, с опорой на приобретенные знания.	5 баллов
• раскрыто основное содержание вопросов; в основном правильно даны определения понятий и использованы научные термины; ответ самостоятельный; • определения понятий неполные, допущены нарушения последовательности изложения, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях, исправляемые по дополнительным вопросам экзаменаторов.	4 балла
• усвоено основное содержание учебного материала, но изложено фрагментарно, не всегда последовательно; определение понятий недостаточно четкое; • не использованы в качестве доказательства выводы из наблюдений и опытов или допущены ошибки при их изложении; • допущены ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определении понятий.	2-3 балла
• ответ неправильный, не раскрыто основное содержание программного материала; • не даны ответы на вспомогательные вопросы экзаменаторов; • допущены грубые ошибки в определении понятий, при использовании терминологии.	0 баллов

Практическая аттестация

Практическая подготовленность предполагает:

✓ выполнение норм ВФСК ГТО своей ступени (требования на сайте ВФСК ГТО https://www.gto.ru/norms)

✓ Практическая аттестация проводится в ходе учебных занятий, путем визуального определения преподавателем правильности выполнения техники контрольных

упражнений и тестирования физической подготовленности по нормативам ВФСК ГТО. В итоге преподаватель определяет степень освоение практической части курса по форме: зачтено или не зачтено. В соответствии со шкалой оценивания.

На зачете по дисциплине «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» знания, умения и владения, характеризующие этапы формирования компетенций проверяются следующими оценочными средствами:

- комплект материалов для опроса, тестирования;
- результатами практического освоения средств, форм и методов физической подготовки к выполнению норм в рамках ВФСК ГТО;
- рейтинговое оценивание успехов учебной деятельности в ходе изучения дисциплины.

Оценка результатов освоения дисциплины на зачете формируется по 30 – балльной шкале из результатов практической аттестации (зачтено / не зачтено) и теоретической аттестации (зачет).

Оценка за теоретическую аттестацию (зачет) выставляется по шкале. Максимальное количество баллов на зачете – 30 баллов.

Шкала оценки результатов этапа сформированности компетенций на зачете

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
26 – 30 баллов	21 - 25 баллов	17 – 20 баллов	менее 17 баллов

Пороговый уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется бланковым тестированием, позволяющим оценить сформированность базовых компонентов проверяемых компетенций.

Тестирование проводится с использованием бланка вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентов изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику физической подготовки в рамках ВФСК ГТО, технику и методику обучения контрольным упражнениям, правила судейства и проведения соревнования рамках ВФСК ГТО.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям все ступеней ВФСК ГТО, развития физических качеств в процессе занятий; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой физической подготовки к выполнению контрольных нормативов ВФСК ГТО.

Необходимый результат в практической аттестации – «зачтено» - выполнение нормативов на «бронзовый знак»

Необходимый результат в теоретической аттестации – 17-20 баллов.

Базовый уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется бланковым тестированием, результатами физической подготовленности в видах свой ступени ВФСК ГТО, позволяющими оценивать и диагностировать знание фактического материала и умение правильно использовать это знание в процессе выполнения норм комплекса.

Тестирование проводится с использованием бланка вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентов изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику физической подготовки в рамках ВФСК ГТО, технику и методику обучения контрольным упражнениям, правила судейства и проведения соревнования рамках ВФСК ГТО.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям все ступеней ВФСК ГТО, развития физических качеств в процессе занятий; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой физической подготовки к выполнению контрольных нормативов ВФСК ГТО.

Необходимый результат в практической аттестации – «зачтено» - выполнение нормативов на «серебряный знак»

Необходимый результат в теоретической аттестации – 21-25 баллов.

Повышенный уровень сформированности контролируемых компетенций проверяется бланковым тестированием, результатами технической подготовленности в видах легкой атлетики, позволяющими оценивать и диагностировать знание фактического материала и умение правильно использовать это знание в процессе обучения двигательным действиям.

Тестирование проводится с использованием бланка вопросов, ответы на которые свидетельствуют о наличии либо об отсутствии теоретического осмысления студентов изученной учебной дисциплины.

Студент должен знать теорию и практику физической подготовки в рамках ВФСК ГТО, технику и методику обучения контрольным упражнениям, правила судейства и проведения соревнования рамках ВФСК ГТО.

Студент должен уметь использовать технологию обучения различных категорий людей двигательным действиям все ступеней ВФСК ГТО, развития физических качеств в процессе занятий; определить причины ошибок в процессе освоения обучаемыми двигательных действий и развитии физических качеств и находить методику их устранения.

Студент должен владеть методикой физической подготовки к выполнению контрольных нормативов ВФСК ГТО.

Необходимый результат в практической аттестации – «зачтено» - выполнение нормативов на «золотой знак»

Необходимый результат в теоретической аттестации – 26-30 баллов.

Оценка результатов освоения дисциплины при рейтинговой системе оценивания формируется по 100-балльной шкале из результатов текущего контроля успеваемости и результатов, полученных на зачёте.

Оценка на зачёте выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Типовые варианты тестовой работы представлены в фонде оценочных средств (Приложение 2).

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

- основная литература:

1. Гриднев, В. А. Новый комплекс ГТО в ВУЗе: учебное пособие / В. А. Гриднев, С. В. Шпагин ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Тамбовский государственный технический университет». - Тамбов : Издательство ФГБОУ ВПО «ТГТУ», 2015. - 80 с. : ил., табл., схем. - ISBN 978-5-8265-1375-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=444640
2. Небытова, Л. А. Физическая культура : учебное пособие / Л. А. Небытова, М. В. Катренко, Н.И. Соколова ; Министерство образования и науки РФ, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2017. - 269 с. : ил. - Библиогр.: с. 263-267. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483844
3. Физическая культура : учебник / Л. В. Захарова, Н. В. Люлина, М. Д. Кудрявцев и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Сибирский Федеральный университет, Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева, Сибирский государственный университет науки и технологий им. акад. М. Ф. Решетнёва и др. - Красноярск : СФУ, 2017. - 612 с. : ил. - Библиогр.: с. 608 - 609. - ISBN 978-5-7638-3640-0 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=497151

- дополнительная литература:

1. Бариев, М. М. Становление и развитие комплекса ГТО в СССР и современной России / М. М. Бариев, Р. А. Юсупов, В. М. Ермолаев // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №1. - С. 94-96.
2. Губа, В. П. Морфобиомеханическая индивидуализация как эффективный метод интеграции ВФСК ГТО в систему общего образования / В. П. Губа, В. В. Коновалов, В. В. Пресняков // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №11. - С. 94-97.
3. Гурской, А. В. Возвращение ГТО / А. В. Гурской // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2014. - №4. - С. 78-79.
4. Зюрин, Э. А. Мониторинг физической подготовленности населения субъектов Российской Федерации, определяющий готовность к выполнению нормативов ВФСК ГТО 6-11 ступени / Э. А. Зюрин, В. А. Куренцов, Е. Н. Бобкова // Вестник спортивной науки. - 2018. - №4. - С. 46-49.
5. Исторические предпосылки создания в СССР физкультурного комплекса "Готов к труду и обороне" / Г. Н. Козлова [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №11. - С. 46-47.
6. Комплекс ГТО: индивидуализация, доступность, критерии эффективности / В. А. Кудинова [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2018. - №5. - С. 59-61.
7. Куцаев, В. В. Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев // Физическая культура в школе. - 2016. - №7. - С. 8-12.

8. Ланда, Б. Х. Мониторинг в управлении здоровьесбережением учащихся образовательных учреждений: обучающие методика и технология : учебное пособие / Б.Х. Ланда ; Институт экономики, управления и права (г. Казань). - Казань : Познание, 2014. - 66 с. : табл., схем. - (Готов к труду и обороне). - Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364174
9. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) на 2018-2021 годы : приказ Минспорта России №542 от 19.06.2017 // Вестник образования России. - 2017. - №16(авг.). - С. 27.
10. Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) : из приказа Минспорта России от 12.02.2019 №90 [с приложением требований ГТО] // Вестник образования России. - 2019. - №8(апр.). - С. 38-53.
11. Перова, Е. И. Опыт апробации и внедрения комплекса ГТО в различных регионах Российской Федерации / Е. И. Перова // Физическая культура в школе. - 2015. - №7. - С. 47-54.
12. Перова, Е. И. Организация работы по подготовке населения к выполнению нормативов и требований комплекса ГТО / Е. И. Перова // Физическая культура в школе. - 2015. - №6. - С. 51-55.
13. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта : учебное пособие / А.В. Починкин. – Москва : Спорт, 2017. – 385 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=454524
14. Пютсеп, Е. Ю. Навстречу комплексу ГТО / Е. Ю. Пютсеп // Физическая культура в школе. - 2017. - №6. - С. 57-61.
15. Руденко, Г. В. Организационно-педагогические условия, необходимые для внедрения нового комплекса ГТО в систему физического воспитания населения России / Г. В. Руденко, А. Э. Болотин // Теория и практика физической культуры. - 2015. - №7. - С. 97-99.
16. Сагалаков Н. У. Опыт внедрения Всероссийского комплекса ГТО в образовательном процессе / Н. У. Сагалаков // Физическая культура в школе. - 2016. - №5. - С. 56-63.
17. Симонова, Е. А. Оценка физической подготовленности школьников к выполнению норм ВФСК "Готов к труду и обороне" / Е. А. Симонова, С. В. Дмитриева // Теория и практика физической культуры. - 2016. - №12. - С. 21-23.
18. Симутин, Е. А. Проблемы и перспективы внедрения нового комплекса ГТО в России / Е. А. Симутин, Н. Е. Захаров // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. - 2015. - №5. - С. 173-176.
19. Солнцев, И. В. Оценка качества оказания государственных услуг в сфере физической культуры и спорта на примере проведения тестирования ВФСК "ГТО" / И. В. Солнцев, Н. А. Осокин // Вестник спортивной науки. - 2018. - №1. - С. 56-62.
20. Технологизация механизма реализации комплекса ГТО в образовательной организации / А. В. Воронков [и др.] // Теория и практика физической культуры. - 2018. - №7. - С. 18-20.

Интернет-ресурсы:

1. http://www.olympic.ru – Олимпийский Комитет России. Официальный сайт.
2. http://ru.wikipedia.orq/wiki - Википедия - свободная энциклопедия
3. http://www.ivsportcom.com – Департамент спорта и туризма Ивановской области
4. http://minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт.

5. Портал общероссийской системы оценки качества образования. - http://www.osoko.edu.ru/;
6. Методическое хранилище Ивановского института развития образования].- http://www.iroio.ru/;
7. Словари и энциклопедии на Академике. - https://dic.academic.ru/;
8. Статистические материалы региональных исследований в области общего образования. - http://www.ivege.ru/content/work/katestvo/region_monitoring

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. Научная Электронная Библиотека eLIBRARY http://www.elibrary.ru
2. Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт» http://www.rucont.ru/
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» http://www.biblioclub.ru/
4. Электронная библиотека диссертаций РГБ http://diss.rsl.ru/
5. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (ИС "Единое окно") http://window.edu.ru/window/library
6. Справочная правовая система Консультант Плюс (доступ в НПБ АлтГПА)
7. Справочная правовая система Гарант (доступ в АлтГПА)

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.

2. Спортивный зал, оснащенный спортивным оборудованием и спортивным инвентарем.

3. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

4. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.

5. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

6. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: электронные презентации, видеоролики, DVD фильмы, стенды.

Автор рабочей программы дисциплины: М.А. Правдов, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта, доктор педагогических наук, профессор.

Программа рассмотрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и спорта «23» апреля 2019 г., протокол № 15

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 8 от «12 » февраля 2020 г.
Согласовано:

Руководитель ОП
_____ А.Б. Гогин
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 10 от «10» июня 2021 г.
Согласовано:

Руководитель ОП
_____ А.Б. Гогин
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № ___5____ от «21» _января_2022_ г.
Согласовано:

Руководитель ОП
_____ А.Б. Гогин
(подпись)

Приложение 1.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельное освоение дисциплины «Методика физической подготовки в рамках ВФСК ГТО» предполагает следующие формы работы:

- выполнение домашних практических заданий;
- конспектирование дополнительных вопросов из разделов дисциплины.

С соответствие с описанием содержания учебного материала по темам, студенту предлагается выполнить самостоятельные работы, каждая из которых оценивается баллами в соответствии с рейтинговой системой.

Перечень самостоятельных работ приведён в приложении 1 к рабочей программе дисциплины:

Примерные вопросы к самостоятельной работе и для устного ответа

1. Исторические вехи становления нормативного комплекса ГТО в СССР.
2. Цель и задачи комплекса ГТО.
3. Ступени комплекса ГТО, содержание тестов комплекса ГТО на этапе становления и развития.
4. Причины отказа от программно-нормативного комплекса и его возрождения в современной истории развития системы физического воспитания в России.
5. ВФСК ГТО и система физического воспитания в России.
6. Кадровое, материально-техническое и финансовое обеспечение комплекса ГТО.
7. Методическое и информационное обеспечение комплекса ГТО.
8. Обеспечение условий взаимодействия между органами исполнительной власти Российской Федерации в области физической культуры и спорта, образования, здравоохранения, органами местного самоуправления, общественными организациями при организации работы по подготовке населения.
9. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 1 ступень — нормы ГТО для школьников 6-8 лет;
10. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 2 ступень — нормы ГТО для школьников 9-10 лет;
11. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 3 ступень — нормы ГТО для школьников 11-12 лет;
12. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 4 ступень — нормы ГТО для школьников 13-15 лет;
13. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 5 ступень — нормы ГТО для школьников 16-17 лет;
14. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 6 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 18-29 лет;
15. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 7 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 30-39 лет;
16. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 8 ступень — нормы ГТО для

мужчин и женщин 40-49 лет;

17. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 9 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 50-59 лет;

18. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 10 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 60-69 лет;

19. Методика подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): 11 ступень — нормы ГТО для мужчин и женщин 70 лет и старше.

20. Организация работы по подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО в различных организациях.

21. Центры тестирования населения и их роль в подготовке населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО**.**

22. Организация и проведение пропагандистской и информационной работы по привлечению населения к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

Практические занятия:

1. История развития комплекса ГТО.

1918-1925 - предпосылки возникновения комплекса ГТО
1927-1928 рождение комплекса ГТО «под крылом» ОСОАВИАХИМА
1929-1938 первый комплекс ГТО и дальнейшее его развитие
1941-1945 комплекс ГТО и Великая Отечественная война
1946-1991 комплекс ГТО в послевоенное время
2007-2014 возрождение комплекса ГТО в современной России
Зачем выполнять ГТО в 21 веке?

2. Нормативно-правовые акты, регулирующие внедрение ВФСК ГТО

Нормативно-правовое обеспечение комплекса ГТО.

Об утверждении положения о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 № 540.

О внесении изменений в положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "готов к труду и обороне" (ГТО) от 26.01.2017 № 79.

Постановление о внесении изменений в положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (гто) от 30.12.2015 № 1508.

Положение о всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «готов к труду и обороне» (ГТО) - версия с изменениями из постановления № 1508 от 30.12.2015.

О внесении изменений в государственную программу российской федерации «развитие физической культуры и спорта» от 16.08.2014 № 821.

Распоряжение правительства РФ «о комплексе мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) на 2015 — 2017 годы» от 20.02.2015 № 01-вх-2827.

Об утверждении плана мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от 30.06.2014 № 1165-р.

Изменения, которые вносятся в план мероприятий по поэтапному внедрению всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «готов к труду и обороне» (ГТО) от

24.11.2015 № 2389-р.

О внесении изменений в государственную программу российской федерации "Развитие физической культуры и спорта" №179 от 10.03.2016.

Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний(тестов) всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "готов к труду и обороне"(ГТО)№54 от 28.01.2016

3. Содержание ступеней комплекса ГТО .

1 ступень – нормы ГТО для школьников 6-8 лет;
2 ступень – нормы ГТО для школьников 9-10 лет;
3 ступень – нормы ГТО для школьников 11-12 лет;
4 ступень – нормы ГТО для школьников 13-15 лет;
5 ступень – нормы ГТО для школьников 16-17 лет;
6 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 18-29 лет;
7 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 30-39 лет;
8 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 40-49 лет;
9 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 50-59 лет;
10 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 60-69 лет;
11 ступень – нормы ГТО для мужчин и женщин 70 лет и старше.

4. Основные развития физических качеств.

Средства, формы и методы развития силы
Средства, формы и методы развития гибкости
Средства, формы и методы развития ловкости
Средства, формы и методы развития выносливости
Средства, формы и методы развития быстроты

5. Средства формирования и совершенствования двигательных навыков, входящих в комплекс тестов ВФСК ГТО.

Средства, формы и методы формирования навыков: в беге, прыжках, метаниях, подтягивании, отжимании, плавании, ходьбы на лыжах, стрельбе, самообороне, туристическом походе.

Рекомендации для текущего контроля успеваемости студентов

Оценочным средством для текущего контроля успеваемости студентов является выполнение заданий для самостоятельной работы, проведение тренировочных занятий, выполнение нормативов комплекса ГТО, участие в мероприятиях ВФСК ГТО.