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

_____ (подпись) Е.В. Перевозчикова

«24» февраля 2026 г.

Рабочая программа дисциплины

ТРЕНАЖЕРЫ В ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТЕ

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 и основы применения БПЛА

Шуя

1. Цели освоения дисциплины: Ознакомить студентов с современными тренажерами и тренажерными комплексами различных модификаций, классификацией тренажеров и тренажерных устройств, методиками занятий на тренажерах, и как осуществляется движение с использованием технических средств, как оно организуется с позиции теории управления, особенностями использования тренажеров в физической культуре и спорте с различным контингентом занимающихся и особенностями опорно-двигательного аппарата, а также их применение в адаптивной физической культуре.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Тренажеры в физической культуре и спорте» является дисциплиной по выбору; относится формируемой участниками образовательных отношений части блока дисциплин Б1, входит в предметно-методический модуль.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать готовности студентов к прохождению практик: Производственная практика, педагогическая (комплексная) практика, Производственная практика, научно-исследовательская работа.

Знать:

– особенности системного и критического мышления; логические формы и процедуры;

– психологию личности, механизмы и факторы ее развития; методы самодиагностики развития личности; психологию деятельности и поведения; техники эффективного планирования; психологию стресса, эмоций, техники и приемы психической саморегуляции;

–виды планирования учебной работы по предмету в общеобразовательной школе;

– методологию практической педагогической деятельности; методические подходы и принципы проектирования углубленного изучения предмета;

– методики и технологии формирования образовательной среды школы в целях достижения личностных, предметных и метапредметных результатов обучения;

– средства оценивания индивидуальных достижений обучающихся.

Уметь:

– анализировать источники информации с точки зрения временных и пространственных условий их возникновения; получать, обрабатывать и анализировать информацию из различных источников; анализировать ранее сложившиеся в науке оценки информации; аргументировано формировать собственное суждение и оценку информации;

– действовать критично, выполнять анализ проделанной работы для достижения поставленной цели;

–проектировать рабочие программы учебных предметов, в том числе программы внеурочной деятельности по предмету (дополнительные программы);

– моделировать педагогические ситуации; проектировать педагогическое взаимодействие;

– проектировать и проводить индивидуальные и групповые занятия для учащихся с особыми образовательными потребностями и возможностями;

Владеть:

– навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений; технологиями анализа и синтеза информации на основе системного подхода;

–содержанием примерных основных образовательных программ;

– навыками анализа форм активного психолого-педагогического взаимодействия;

– технологиями проектирования и проведения индивидуальных и групповых занятий для учащихся с особыми образовательными потребностями и возможностями;

– средствами оценивания индивидуальных достижений обучающихся.

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:

Наименование категории (группы) универсальных компетенций	Код и наименование универсальной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции
Системное и критическое мышление	УК-1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	УК-1.1. Демонстрирует знание особенностей системного и критического мышления и готовность к нему. УК-1.2. Применяет логические формы и процедуры, способен к рефлексии по поводу собственной и чужой мыслительной деятельности. УК-1.3. Анализирует источник информации с точки зрения временных и пространственных условий его возникновения. УК-1.4. Анализирует ранее сложившиеся в науке оценки информации. УК-1.5. Сопоставляет разные источники информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений. УК-1.6. Аргументировано формирует собственное суждение и оценку информации, принимает обоснованное решение. УК-1.7. Определяет практические последствия предложенного решения задачи.
Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбере-жение)	УК-6. Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1. Оценивает личностные ресурсы по достижению целей управления своим временем в процессе реализации траектории саморазвития. УК-6.2. Объясняет способы планирования свободного времени и проектирования траектории профессионального и личностного роста. УК-6.3. Демонстрирует владение приемами и техниками психической саморегуляции, владения собой и своими ресурсами. УК-6.4. Критически оценивает эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных целей и задач.

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, безопасности жизнедеятельности и основам применения БПЛА 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 «Основы безопасности и защиты Родины», 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 «Основы безопасности и защиты Родины». 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)»

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

– особенности системного и критического мышления; логические формы и процедуры; основы современных технологий сбора, обработки и представления информации (УК-1(индикаторы-1,2,3,4,5,6,7);

– психологию личности, механизмы и факторы ее развития; методы самодиагностики развития личности; психологию деятельности и поведения; техники эффективного планирования; психологию стресса, эмоций, техники и приемы психической саморегуляции (УК-6 (индикаторы – 1,2,3,4);

– требования образовательных стандартов общего образования к результатам обучения, в том числе в предметной области; методологию практической педагогической деятельности;

типы и формы уроков, методы, приемы, средства и технологии обучения предмету, принципы их отбора для изучения конкретного учебного материала; методические подходы и принципы проектирования углубленного изучения предмета; инновационные педагогические технологии и приемы обучения предмету; 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; принципы организации образовательной среды и разработки развивающих образовательных программ; принципы междисциплинарного подхода для достижения метапредметных и предметных результатов обучения (ПК-2 (индикаторы – 1, 2, 3).

Уметь:

– анализировать источники информации с точки зрения временных и пространственных условий их возникновения; получать, обрабатывать и анализировать информацию из различных источников (УК-1(индикаторы-1,2,3,4,5,6,7);

– действовать критично, выполнять анализ проделанной работы для достижения поставленной цели; планировать свою деятельность (составлять общий план предстоящей деятельности, определять последовательность действий, организовывать рабочее место и временную организацию деятельности); прогнозировать результат деятельности (УК-6(индикаторы-1,2,3,4);

– моделировать педагогические ситуации; проектировать педагогическое взаимодействие; отбирать предметное содержание, методы, приёмы, технологии, организационные формы обучения, средства диагностики в соответствии с планируемыми результатами обучения (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).

Владеть:

– навыками сопоставления разных источников информации с целью выявления их противоречий и поиска достоверных суждений; навыками определения практических последствий предложенного решения задач; (УК-1(индикаторы-1,2,3,4,5,6,7);

– методами самодиагностики развития личности; методами и приемами управления временем; методами организации учебно-профессиональной и досуговой деятельности (УК-7(индикаторы-1,2,3,4));

– навыками анализа форм активного психолого-педагогического взаимодействия; навыками определения содержания и структурно-организационных форм осуществления профессиональной деятельности педагогов в образовательных учреждениях, в т. ч. при реализации программ инклюзивного образования (ПК-1 (индикаторы-1,2,3);

- принципами организации образовательной среды и разработки развивающих образовательных программ; принципами междисциплинарного подхода для достижения метапредметных и предметных результатов обучения (ПК-2 (индикаторы – 1, 2, 3).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения

Объём дисциплины составляет 3 зачётных единицы (108 час.)

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

Очная форма обучения

Объем иной контактной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Контактная работа			Самостоятельная работа обучающегося	Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			
				Лаб.	Пр.		
1	История развития тренажеров в физической культуре и спорте	9	2	-	-	2	Сообщение, компьютерный тест, собеседование
2	Классификация тренажеров	9		-	-		Сообщение, компьютерный тест, собеседование
3	Требования к тренажерам	9		-	-		Сообщение, компьютерный тест, собеседование
4	Применение тренажеров в профессионально-прикладной, спортивной и реабилитационной деятельности	9	6				Сообщение, компьютерный тест, собеседование
4.1	Тренажеры в адаптивной физической культуре	9			2	4	Сообщение
4.2	Тренажеры и тренировочные устройства в легкой атлетике	9			2	4	Сообщение
4.3	Тренажеры и тренировочные устройства в спортивных играх	9			2	4	Сообщение
4.4	Тренажеры и тренировочные устройства в индивидуальных видах спорта и единоборствах	9			2	4	Сообщение
4.5	Тренажерные залы для занятий населения различного уровня физической подготовленности	9			6	16	Сообщение
4.6	Тренажеры и тренировочные устройства в физическом воспитании детей дошкольного и школьного возраста	9			4	12	Сообщение
Всего			**8**	**-**	**18**	**46**	**Экзамен**

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

Тема №1. История развития тренажеров в физической культуре и спорте

Понятие «Техническое средство обучения», «Тренажер», «тренировочное

устройство», «Искусственная развивающая среда», «Упругие рекуператоры энергии». Применение технических средств в обучении движениям в физической культуре в прошлом и настоящем. ВИСТИ.

Тема №2 Классификация тренажеров

Классификация тренажеров по видам развития физических качеств; двигательных навыков; тактики двигательных действий; по принципу использования различных внешних сил сопротивления – силы тяжести, трения, упругих сил; по принципу использования в техническом устройстве – инерционные, пневматические, гидравлические и др.; по количеству и объему вовлечения мышц в работу – глобального, регионального и локального воздействия, тренажеры для оздоровительной физической культуры и др.

Тренажеры как средство восстановления утраченных функций и двигательных возможностей человека. Тренажеры в восстановительном периоде при травмах опорно-двигательного аппарата. Особенности применения тренажерных устройств детьми и взрослыми при восстановлении после травм.

Тренажеры для формирования навыка бега, бега через барьеры, в прыжках в длину и высоту, в высоту с шестом, метании мяча, копья, диска, молота, толкании ядра и др. Тренажеры в легкой атлетике и требования к ним.

Тренажеры и тренировочные устройства для футбола, хоккея, баскетбола, волейбола, ручного мяча и других видов спорта. Требования к ним, особенности применения.

Тренировочные устройства и тренажеры в гимнастике, акробатике, батуте, лыжном спорте, плавании, стрельбе, верховой езде, борьбе, боксе, фехтовании, бодибилдинге, армреслинге и др.

Тема №3 Требования к тренажерам

Требования к техническим средствам, применяемым в физической культуре и спорте в соответствии с ГОСТом, в соответствии с требованиями ВИСТИ. Безопасность, прочность, эстетичный вид, простота в использовании, эргономические требования, комплексность и многофункциональность, компактность, простота в сборке и хранении и уходе и др.

Требования к тренажерным залам. Расположение тренажеров. Круговой способ организации занятий. Комплексность использования тренажеров при занятиях физическими упражнениями.

Тема №4. Применение тренажеров в профессионально-прикладной, спортивной и реабилитационной деятельности

Использование тренажеров и тренировочных устройств на занятиях физическими упражнениями с детьми дошкольного и школьного возраста.

Использование тренажеров и тренировочных устройств на занятиях со спортсменами различной квалификации.

Использование тренажеров и тренировочных устройств на занятиях оздоровительными видами гимнастики.

Использование технических средств в реабилитационной и рекреационной деятельности.

Обеспечение контроля физического состояния организма занимающихся, используя средства обратной связи тренажера и специальное дополнительное оборудование.

Индивидуальный и дифференцированный подход при дозировании нагрузки.

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

дисциплине

При обучении дисциплины «Тренажеры в физической культуре и спорте» используются следующие образовательные технологии:

- технология коммуникативного обучения – направлена на формирование коммуникативной компетентности обучающихся;
- технология разноуровневого (дифференцированного) обучения – предполагает осуществление образовательного процесса с учетом индивидуальных способностей обучающихся, их возможностей и интересов;
- технология модульного обучения – предусматривает деление содержания дисциплины на автономные разделы (модули), интегрированные в общий курс;
- информационно-коммуникационные технологии (ИКТ) - расширяют рамки образовательного процесса, повышая его практическую направленность, способствуют интенсификации самостоятельной работы обучающихся и повышению познавательной активности.

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

Для подготовки к занятиям студенты используют электронный каталог библиотеки ШФ ИвГУ на платформе «Руконт», а также электронные ресурсы:

- http://www.biblioclub.ru/ Университетская библиотека online.
- http:// http://www.rucont.ru/ Электронная библиотека Шуйского филиала ИвГУ.
- http://minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт.
- http://www.olympic.ru – Олимпийский Комитет России. Официальный сайт.
- http://www.paralymp.ru – Паралимпийский Комитет России. Официальный сайт.
- http://www.deafsport.ru – Сурдлимпийский Комитет России. Официальный сайт.
- http://www.sport.mos.ru – Москомспорт. Официальный сайт.
- http://ru.wikipedia.orq/wiki - Википедия - свободная энциклопедия
- http://www.ivsportcom.com – Департамент спорта и туризма Ивановской области

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 следующих формах: выполнение домашних практических заданий, конспектирование дополнительных вопросов из разделов дисциплины. Организация самостоятельной работы по дисциплине направлена на формирование профессионально значимых компонентов формируемых компетенций. Учебный материал для самостоятельной работы предлагается студентам в виде заданий для осуществления целеполагания, сбора необходимой информации, ее анализа с различных точек зрения, выдвижения гипотез и их проверки, формулировки выводов. Содержание заданий разрабатывается на основе применяемых технологий обучения. Основу каждого задания составляет предметная область, в рамках содержания которой студентам предлагается решить основные задачи профессиональной деятельности. Студенту необходимо по каждой теме освоить и закрепить лекционный материал; освоить материал семинарских и лабораторных занятий, владеть понятиями и терминами биомеханики,

методами измерений, методикой проведения исследований, сбора данных и их обработки, анализу и обобщению, формулировке выводов и практических рекомендаций.

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине осуществляется в следующих формах:

1. Практические занятия
2. Опрос устный и письменный.
3. Выполнение контрольных работ
4. Обсуждение докладов и презентаций

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».

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ (http://www.sspu.ru/), в том числе через Электронные библиотечные системы: http://www.biblioclub.ru/ Университетская библиотека online; http:// http://www.rucont.ru/ Электронная библиотека Шуйского филиала ИвГУ.

Конкретные задания входят в состав фонда оценочных средств по дисциплине, а также представлены в приложении 1 к рабочей программе.

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

Правила рейтинговой системы оценивания результатов обучения студентов по дисциплине «Тренажеры в физической культуре и спорте»

Вид работы	Количество баллов
Текущая работа:	**0-40**
Творческое задание	0-15
Домашнее задание	0-10
Активность на занятиях	0-5
Текущий контроль 1 Контрольная работа	**0-10**
Текущая работа:	**0-40**
Творческое задание	0-10
Домашнее задание	0-10
Активность на занятиях	0-5
Текущий контроль 2 Презентация	**0-15**
Выполнение семестрового плана самостоятельной работы	**0-10**
Посещаемость занятий	**0-10**
Итого	**0-100**
Промежуточный контроль (экзамен)	**0-30**
Премиальные баллы:	
Участие в соревнованиях	0-5
Помощь в организации и проведении спортивных мероприятий	0-10
Сдача нормативов ВФСК ГТО	5-15

Штрафы	
Нарушение сроков сдачи работ	минус 0,5-5
Отказ от сдачи нормативов и проведения занятия	минус 0,5-10
Рейтинговая оценка по дисциплине	**максимум 100 баллов**

Для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Тренажеры в физической культуре и спорте» используются следующие оценочные средства: тесты, разноуровневые задания и контрольные задания (сообщения) по темам лекционных и семинарских занятий.

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Тренажеры в физической культуре и спорте» является экзамен. На экзамене контролируемые знания, умения и владения, характеризующие этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы, проверяются тестами, заданием реконструктивного уровня, заданием репродуктивного уровня, используется смешанная форма проведения экзамена. На экзамене обучающийся готовится к ответу письменно в течение 30 минут. Результаты выполнения всех заданий представляются в письменной форме. Максимальное количество баллов, которое возможно получить на экзамене - 30 баллов.

Форма проведения экзамена:

– смешанная,

– использование рейтинговой оценки, с учётом семестрового плана самостоятельной работы.

Контрольное задание (сообщение) выполняется письменно дома. Задание проверяется и оценивается на экзамене.

Тестирование (задания с выбором ответа и на дополнение).

Критерии оценки:

Каждое правильно выполненное задание оценивается 0,5 балла, максимальное количество баллов – 10.

Контрольные материалы для опроса.

Критерии оценки:

Задание оценивается от 0 до20 баллов. При оценивании учитываются следующие критерии:

Критерии формирования оценки	Шкала оценивания
1. Точность разработки самостоятельного задания. 2. Логичность и системность построения самостоятельного задания. 3. Владение терминологическим аппаратом. 4. Умение привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть.	16-20 баллов
1. Информация с фактической стороны представлена верно. 2. Работа выстроена системно, в логической последовательности. 3. Термины используются корректно, и их значение объясняется студентом. 4. Приводятся примеры на теоретические положения. 5. Грамотно, аккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы, но с небольшими отклонениями.	11-15 баллов

1. Информация с фактической стороны представлена верно. 2. Допущены нарушения принципа системности в построении работы. 3. Допущена неточная трактовка некоторых терминов. 4. Имеются затруднения с нахождением примеров подтверждения теоретического положения. 5. Грамотно, но неаккуратно выполнена практическая часть самостоятельной работы.	6-10 баллов
1. Информация с фактической стороны представлена не совсем верно. 2. Работа выстроена с нарушением логической последовательности. 3. Студент некорректно трактует базовые термины. 4. Студент не может привести примеры, иллюстрирующие теоретические положения. 5. Не выполнена практическая часть контрольного задания.	0-5 баллов

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если по итогам тестирования, выполнения заданий всех уровней он набирает от 17 до 30 баллов. Оценка «не удовлетворительно» выставляется студенту, если по итогам тестирования, заданий он набирает менее 17 баллов.

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Тренажеры в физической культуре и спорте» на экзамене

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
отлично	хорошо	удовлетворительно	Не удовлетворительно
26-30 баллов	22-25 балла	18-21 баллов	17 и менее баллов

Критерии оценки видов учебной деятельности

Оценка	Сообщение	Работа на семинарах Самостоятельная работа	Теоретический итоговый опрос
Отлично	Тема полностью раскрыта, отличное владение материалом.	Наличие конспектов заданий для самостоятельной работы. Выполнены все задания. Умение работать с литературными источниками.	Полный, логический ответ на все поставленные вопросы. Отличное владение материалом.

Хорошо	Неточно раскрыта тема, небольшие ошибки в изложении материала, при этом хорошее владение материалом, но нет логичности изъяснений поставленной проблемы.	Неполное конспектирование самостоятельных заданий. Умение логически мыслить, анализировать и излагать поставленную проблему, при этом не точное изложение проблемы. Задания выполнены с небольшими ошибками.	Неточный ответ на поставленный вопрос. Умеет анализировать и обрабатывать материалы исследований в области физической культуры и спорта.
Удовлетворительно	Раскрыты не все поставленные вопросы и проблемы, нелогичность изложения материала. Работа выполнена не аккуратно, много ошибок и недочётов. Тема раскрыта не полностью.	Не всегда в наличие конспекты с самостоятельными заданиями.	Нет логики при ответе на поставленный вопрос. Не достаточное владение учебным материалом.
Неудовлетворительно	Нет логического анализа понятий. Много ошибок. Работа выполнена не грамотно и не аккуратно. Нет соответствия темы содержанию. Полное отсутствие логики изложения материала.	Пассивность, не желание отвечать на вопросы.	Не ответил на поставленные вопросы. Плохо знает определения и терминологию. Не умеет анализировать поставленные вопросы в области физической культуры и спорта и грамотно, логично отвечать на них.

Форма проведения экзамена:

–смешанная,

–использование рейтинговой оценки, с учётом семестрового плана самостоятельной работы.

Критерии итоговой отметки на экзамене:

- оценка «не удовлетворительно» выставляется студенту, если он в сумме (с учетом баллов семестра и баллов на зачете) набирает менее 61 балла, таким образом, он проявляет сформированность основных компонент компетенций на уровне ниже порогового;
- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он набирает в сумме (с учетом баллов семестра и баллов на зачете) от 61 балла до 70 баллов, таким образом, он проявляет сформированность основных компонентов компетенций на пороговом уровне (61-70 баллов);
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если он набирает в сумме (с учетом баллов семестра и баллов на зачете) от 71 балла до 84 баллов, таким образом, он проявляет

сформированность основных компонентов компетенций на базовом уровне (71-84 баллов);

– оценка «отлично» выставляется студенту, если он набирает в сумме (с учетом баллов семестра и баллов на зачете) от 85 баллов до 100 баллов, таким образом, он проявляет сформированность основных компонентов компетенций на повышенном уровне (85-100 баллов).

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

Оценка на экзамене выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Тренажеры в физической культуре и спорте» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
отлично	хорошо	удовлетворительно	неудовлетворительно
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Фонд оценочных средств по дисциплине для экзамена в полном объёме представлен в Приложениях 2-3 к рабочей программе.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

– основная литература:

1. Бурлаков, И. Р. Спортивно-оздоровительные сооружения и их оборудование : учебное пособие для студентов академий и институтов физической культуры / И. Р. Бурлаков, Г. П. Неминущий. - Москва : СпортАкадемПресс, 2002. - 140 с.
2. Коваль, В. И. Гигиена физического воспитания и спорта : учебник для студентов вузов / В. И. Коваль, Т. А. Родионова. - Москва : Академия, 2010. - 320 с.
3. Спортивные тренажёры: классификация, характеристика и их использование в качестве технических средств в процессе физического воспитания : [16+] / И.И. Зулаев, М.В. Абульханова, Я.В. Сираковская и др. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 66 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572203

- дополнительная литература:

1. Багнетова, Е. А. Общая и специальная гигиена : учебный справочник / Е. А. Багнетова. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. – 268 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364798
2. Багнетова, Е. А. Гигиена физического воспитания и спорта : курс лекций : учебное пособие для студентов вузов / Е. А. Багнетова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2009. - 251 с.
3. Безматерных, Н. Г. Начальная двигательная подготовка в спортивной аэробике : учебное пособие / Н.Г. Безматерных, Г.П. Безматерных, Г.Н. Пшеничникова ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра теории и методики плавания. – Омск : Издательство СибГУФК, 2009. – 134 с. : схем., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277142

4. Верхало, Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю. Н. Верхало. - Москва : Советский спорт, 2004. - 536 с. : ил.
5. Евсеев, С. П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры : учебное пособие / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Сусляев. - Москва : Советский спорт, 2000. - 152 с.
6. Курс лекций по гигиеническим основам физкультурно-спортивной деятельности : учебное пособие / В.А. Ляпин, И.П. Флянку, Н.В. Семенова и др. ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Кафедра анатомии, физиологии и др. – Омск : Издательство СибГУФК, 2014. – 229 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=429363
7. Лапутин, А. Н. Технические средства обучения : учебное пособие для институтов физической культуры / А. Н. Лапутин, В. Л. Уткин. - Москва : Физкультура и спорт, 1990. - 80 с. : ил.
8. Павлюк, Н. Б. Теория и методика учебно-тренировочного процесса в тренажерном зале [Электронный ресурс] / Н. Б. Павлюк. — Шуя : Издательство Шуйского филиала ИвГУ, 2016. — 112 с. — ISBN 978-5-86229-310-4. — Режим доступа: https://rucont.ru/efd/621331
9. Полиевский, С. А. Гигиена спортивной одежды и снаряжения / С. А. Полиевский. - Москва : Физкультура и спорт, 1987. - 111 с.
10. Табель оснащения спортивных сооружений массового использования спортивным оборудованием и инвентарем / Государственный комитет РФ по физической культуре и спорту. - Москва : Советский спорт, 2004. - 304 с.
11. Яцин, Ю. В. Оборудование и инвентарь для занятий боксом : учебное пособие / Ю.В. Яцин ; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. – Омск : Издательство СибГУФК, 2007. – 47 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277370

Журналы «Теория и практика физической культуры», «Физическая культура в школе».

Интернет-ресурсы:

Министерство спорта Российской Федерации. Официальный сайт – http://minsport.gov.ru;

Олимпийский Комитет России. Официальный сайт – http://www.olympic.ru

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

ЭБС «Университетская библиотека онлайн»;

Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт»;

Словари и энциклопедии на Академике. - https://dic.academic.ru/;

Статистические материалы региональных исследований в области общего образования. - http://www.ivege.ru/content/work/katestvo/region_monitoring;

Википедия - свободная энциклопедия – http://ru.wikipedia.orq/wiki

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

3. Учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, 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, обеспечивающих тематические иллюстрации: аудио-визуальные пособия (видеоролики, видео - и DVD фильмы, видеоматериалы).

Автор рабочей программы дисциплины:
А.Н. Шутов, старший преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и спорта.

Программа рассмотрена на заседании кафедры теории и методики физической культуры и спорта «21» января 2026 г., протокол №7.

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ Е.В. Перевозчикова
(подпись)

Приложение 1.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Изучение дисциплины «Тренажеры в физической культуре и спорте» осуществляется по следующим формам: лекции, семинарские, практические, занятия и самостоятельная работа студента.

Важным условием для освоения дисциплины в процессе занятий является ведение конспектов, освоение и осмысление терминологии изучаемой дисциплины. Материалы лекционных занятий следует своевременно подкреплять проработкой соответствующих разделов в учебниках, учебных пособиях, научных статьях и монографиях, в соответствии со списком основной и дополнительной литературы. Дополнительная проработка изучаемого материала проводится во время семинарских и практических занятий, в ходе которых анализируются и закрепляются основные знания, полученные по дисциплине.

При подготовке к семинарским занятиям следует использовать основную и дополнительную литературу из представленного списка.

В рамках изучения дисциплины необходимо использовать передовые информационные технологии – компьютерную технику, электронные базы данных, Интернет.

Целями самостоятельной работой студента является:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умения использовать справочную литературу;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

Самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, в соответствии с технологической картой дисциплины и может содержать в себе следующее задания:

- изучение программного материала дисциплины (работа с учебником и конспектом лекции, изучение рекомендуемых литературных источников, конспектирование источников);
- выполнение контрольных заданий;
- выполнение тестовых заданий;
- подготовка презентаций;
- ответы на контрольные вопросы;
- аннотирование, реферирование, рецензирование текста;
- написание эссе, тезисов, докладов, лабораторных, конспектов занятий и др.

Для подготовки к устному ответу студенту необходимо:

- по каждой теме освоить и закрепить лекционный материал; освоить материал семинарских и практических занятий, владеть понятиями и терминами изучаемых видов спортивной деятельности;

- тренажеры и тренировочные устройства в системе физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста, людей молодого, зрелого, пожилого и старшего

возраста, средства и формы занятий на тренажерах лиц с ОВЗ, а также временно утративших свои способности, вследствие получения травмы (реабилитация).

Примерные вопросы для самостоятельной работы:

1. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте.
2. Тренажеры глобального воздействия.
3. Тренажеры регионального воздействия.
4. Тренажеры локального воздействия.
5. Комплексность применения тренажеров.
6. Тренажеры в силовом троеборье.
7. Тренажеры в фитнесс клубах
8. Тренажеры в бодибилдинге.
9. Нестандартное оборудование для занятий физическими упражнениями детей дошкольного возраста.
10. Нестандартное оборудование в физическом воспитании школьников.
11. Тренировочные устройства для развития мелкой моторики.
12. Тренажеры для развития функциональных возможностей сенсорных систем организма (зрение, слух и др.)
13. Применение компьютерных технологий в системах человек - тренажер - компьютер.
14. Тренажеры для профилактики плоскостопия.
15. Тренажеры и тренировочные устройства в восстановлении утраченных форм и функций организма в результате травм.

Примерная тематика контрольных заданий (сообщений)

1. Современные принципы создания тренажеров и технических средств для занятий физической культурой и спортом.
2. Особенности архитектурно-планировочных решений физкультурно-спортивных сооружений для инвалидов.
3. Особенности детских физкультурно-игровых сооружений.
4. Тренажеры для освоения соревновательных двигательных действий, развития и совершенствования физических качеств и способностей.
5. Методические особенности тренировки на кардиотренажерах.
6. Тренажеры и тренажерные устройства для детей-инвалидов.
7. Технические средства, используемые для оснащения сооружений спортивного назначения с целью обеспечения доступности проведения спортивно-оздоровительной работы с инвалидами.
8. Общие задачи применения реабилитационной техники в адаптивной физической культуре.
9. Методика использования силовых тренажеров.
10. Тренажеры для развития физических качеств.
11. Формирование двигательных умений и навыков с использованием тренажеров.
12. Волновые и вибро-тренажеры.
13. Аква-тренажеры.
14. Системы контроля и программное обеспечение современных тренажеров.